

## **VANHEMPIEN VOIMARYHMÄ**

Vanhemmuutta tukeva vertaisryhmätoimintamuoto

Sari Halonen

Opinnäytetyö, kevät 2015

Diakonia ammattikorkeakoulu

Helsingin toimipaikka

Sosiaalialan koulutusohjelma

Päihteet ja syrjäytyminen

Sosionomi YAMK

## TIIVISTELMÄ

Halonen, Sari, VANHEMPIEN VOIMARYHMÄ – vanhemmuutta tukeva vertaisryhmätoimintamuoto. Diak, Helsinki 2015. s.101, 5 liitettä.

Diakonia Ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma; Päähteet ja syrjäytyminen, sosionomi YAMK.

Opinnäytetyössä tutkittiin havainnoinnin ja teemahaastattelun avulla ryhmädynamiikan kehittymistä, voimaantumista ja vertaistuen esiintymistä kotiin vietävän kriisityön vanhempien voimaryhmässä. Aineiston keruu tapahtui kuudella ryhmäkerralla havainnoiden sekä kolmen ryhmäläisen haastattelulla ryhmän päätyttyä. Myös ryhmän ohjaajat haastateltiin ryhmän päätyttyä. Tutkimuksen kautta totean, että avaintekijät vertaistuen ja voimaantumisen mahdollistumiseen ovat ryhmäläisten avoimuus ja luottamuksellisuus ryhmässä. Edellä mainitut tekijät saavutettiin panostamalla alun ryhmäytymiseen, jolloin ryhmä tutustui paremmin ja sitä kautta ryhmädynamiikka pääsi edistymään. Näiden kautta ryhmään syntyi tunnelma, jossa osallistujat uskalsivat avautua ja kertoa omasta arjestaan oireilevan nuorensa kanssa.

Opinnäytetyö nostaa esille vertaistukiryhmien hyödyn niin muiden tutkimusten kuin tehdyn tutkimuksen tulosten kautta. Liian usein asiakkaille tuodaan asioita ammattilaisen esittämänä, jolloin saattaa syntyä vastarintaa sekä asiakkaalle tunne siitä, että hänen halutaan toimivan tietyllä tavalla. Vertaistukea hyödyntävässä mallissa asiakkaan on mahdollista saada tukea kokemuspohjaisena vertaiselta, jolloin se on helpompi hyväksyä. Vanhemmat kaipaavat tukea vanhemmuudelleen, vaikka heillä onkin voimavaroja, joiden avulla selvitä arkisista tilanteista. Oireilevien murrosikäisten vanhempia tuettaessa tulisi huomio kiinnittää heidän omien voimavarojen ja vanhemmuuden vahvistamiseen, missä vertaistukeen perustuvat tukimuodot tulisi tulevaisuudessa nähdä yhtenä merkittävänä vaihtoehtona.

Tutkimuksen keskeinen teoriaosuus muodostuu vertaistuen, voimaantumisen ja ryhmädynamiikan käsittelystä. Tutkimus on laadullinen.

Vertaistuen toteutuminen onnistui hyvin ryhmässä. Vanhemmat kokivat myös voimaantuneensa ryhmäprosessin aikana. Tärkeimpänä asiana vanhemmat nostivat esille kokemusten vaihtamisen ja sen, että ryhmässä kykeni olemaan avoin jakamaan asioitaan.

Opinnäytetyö etenee teoriapohjan kautta menetelmien esittelyyn. Lopuksi tuodaan esille tutkimuksesta tehdyt johtopäätökset sekä opinnäytetyön tekijän omaa pohdintaa.

Asiasanat: vertaistuki, vertaistukiryhmä, voimaantuminen, ryhmädynamiikka, osallisuus, vanhemmuus, laadullinen tutkimus, teemahaastattelu

## ABSTRACT

Halonen, Sari. Group process, empowerment and peer support – Observational thesis on how group process was developed in parental group and how peer support and empowerment was shown. 101 p., 5 appendices. Language: Finnish. Helsinki, Spring 2015.

Diaconia University of Applied Sciences, Degree programme in social Services, Intoxicants and Social Exclusion: Master of Social Services.

The aim of the thesis was to explore the development of group dynamics, empowerment and peer presence in a parental group. Selected methods were participant observation and the focused interview. The data collection took a place in group of six by observing and interviewing three group members after the group had ended.

In addition, the study utilized the participants' written comments about the group process. According to the results it was possible to conclude that the key elements of enhancing peer support and empowerment in the parental group were transparency and confidentiality. Through these elements of the group an atmosphere was created in which participants had the courage to open up and, consequently give other participants the permission to enter into their daily lives.

The thesis highlights the benefits of peer support groups. In this thesis group phases were described to offer the reader a comprehensive picture of the process. As a conclusion, the thesis shows that trust between the participants and courage to be open will let the group dynamics get deeper. That will allow peer support between the participants.

Key words: peer support, group dynamics, empowerment, parental group, participant observation, interview research

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 TUTKIMUSKYSYMYKSET JA KEHITTÄVÄ ARVIOINTI	8
2.1 Tutkimuskysymykset ja kehittävä arviointi tutkimuksen lähtökohtana	8
2.2 Tutkimusmenetelmänä arviointi	9
2.3 Kehittävä arviointi opinnäytetyöprosessissa	10
2.4 Arviointisuunnitelma	11
3 VERTAISRYHMÄTOIMINNANLÄHTÖKOHDAT	13
3.1 Vertaistuki	13
3.2 Ryhmädynamiikka	15
3.3 Osallisuus	16
3.4 Voimaantuminen	17
4 VERTAISRYHMÄTOIMINNASTA TEHTYJÄ TUTKIMUKSIA	20
5 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TOTEUTUSYMPÄRISTÖ	24
5.1 Kotiin vietävä kriisityö	24
5.2 Vanhempien voimaryhmä, vertaistukiryhmä murrosikäisten lasten vanhemmille	26
5.2.1 Tavoitteena vakiintunut käytäntö	27
5.2.2 Vertaisryhmätoiminnan ideointi ja kehittäminen	29
6 TUTKIMUKSEN TAVOITTEET JA ARVIOINTITIEDON HANKINTAMENETELMÄT	31
6.1 Havainnointi vanhempien voimaryhmässä	32
6.2 Teemahaastattelu vanhempien voimaryhmäläisille	33
6.3 Ohjaajien haastattelu vanhempien vertaistukiryhmätoiminnasta	34

6.4 Sisällönanalyysi	35
7 VANHEMPIEN VOIMARYHMÄN AINEISTON ANALYYSI	36
7.1 Havainnoinnin analyysi	36
7.2 Teemahaastattelun analyysi	37
7.3 Ohjaajien haastattelun analyysi	39
8 VANHEMPIEN VOIMARYHMÄN TUTKIMUSTULOKSET	40
8.1 Vertaistuki ja sen merkitys perheen tilanteeseen	40
8.2 Voimaantuminen	44
8.3 Ryhmädynamiikan synty ryhmässä	46
8.4 Ohjaajien haastattelun tuloksia ryhmästä	48
9 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	52
10 JOHTOPÄÄTÖKSET JA KEHITTÄMISEHDOTUKSET	54
11 POHDINTA	56
LÄHTEET	59
LIITTEET	63
Liite 1 Teemahaastattelu vanhempien voimaryhmän osallistujille	63
Liite 2 Haastattelukysymykset vanhempien voimaryhmän ohjaajille	65
Liite 3 Vanhempien voimaryhmän teemat	66
Liite 4 Teemahaastattelun analyysitaulukko	67
Liite 5 Havainnointitaulukko	68

## 1 JOHDANTO

Vertaistuessa keskeisintä ovat samankaltaiset elämäntilanteet ja vertaisryhmä, jossa vertaistuki toteutuu (Jantunen 2008,25 ). Vertaistuen avulla ihminen ymmärtää, että ei ole tilanteessa yksin, vaan on myös samassa tilanteessa olevia. Vertaisryhmässä ihmiset pystyvät ottamaan oppia muiden selviytymiskeinoista ja omaksumaan uusia elämäntilanteiden keinoja.

Nykyään monet vanhemmat tarvitsevat tukea vanhemmuuteensa ja nuoren kasvatukseen. Vanhemmat tuntevat usein itsensä epävarmoiksi kasvattajina ja vanhemman rooliin asettuminen voi tuntua vaikealta. Myös rajojen asettaminen nuorelle voi olla hankalaa. Maailma on muuttunut 2000 luvun jälkeen paljon ja esimerkiksi tietoliikenne on kehittynyt koko ajan, jonka mukana on vaikea pysyä. Ongelmia perheissä aiheuttaa nykyään esimerkiksi tietokoneen käyttö, internetin maailma ja pelikonsolien käyttö.

Myöskään nykyiset palvelujärjestelmät eivät yksin vastaa perheiden tarpeisiin. Tämän vuoksi on kehitelty uusia toimintatapoja tukea perheitä ja vanhempia vanhemmuuden kasvuprosessissa. Opinnäytetyössäni olen tutkinut yhden vanhempien vertaistukiryhmän kokemuksia ryhmästä, ryhmädynamiikasta ja voimaantumisesta.

Vanhemmuus on nykyään myös haastavaa, koska vanhemmat joutuvat opettelemaan asioita, joita heillä omassa nuoruudessaan ei ollut, esimerkkinä juuri internet. Monet näistä asioista ovat kuitenkin nuorelle jokapäiväistä arkea. Murrosikäinen nuori saattaa luoda perheelle kriisin, johon vanhemmat kaipaavat tukea selvitäkseen.

Murrosikäiselle nuorelle on helpompi saada tukea hänen oireillessaan, mutta usein saate-taan unohtaa vanhempien tukeminen. Vertaistuen kautta on mahdollista tukea vanhempia heidän vanhemmuudessaan, ilman syylistämistä. Heille voidaan tarjota tukea ja auttaa heitä löytämään voimavarojaan. Vanhempien vertaistukiryhmät ovat hyvä tapa saattaa apua hakevia vanhempia yhteen, jolloin vertaistuen kautta mahdollistuu apua ja tukea osallistu-jille. Lisäksi muiden vertaisten kautta heillä on mahdollisuus kuulla ja omaksua uusia toimin-tatapoja haastaviin tilanteisiin. Kerron näistä asioista johtopäätöksissä laajemmin. Vertais-tuellisen avun saaminen vaatii ryhmän osallistujilta kuitenkin valmiutta ottaa apua vastaan ja olemaan avoimia omasta elämästään. Tämän saavuttaakseen usein ryhmät kaipaavat jotain ulkopuolista tukea, jotta ryhmädynamiikka pääsisi syvenemään ja sitä kautta vertais-tuki mahdollistuu. Näiden kautta myös vanhempien voimaantuminen on mahdollista.

Opinnäytetyö kuvaa kotiin vietävän kriisityön toisen yhteisen vanhempainryhmäprosessin kaaren alusta loppuun keskittyen ryhmädynamiikkaan, voimaantumiseen ja vertaistukeen. Ryhmä koostui neljästä äidistä ja kahdesta ohjaajasta. Ryhmän kesto oli kuusi kertaa ja sen tavoitteena oli koota vertaistuellinen ryhmä, jossa yhdistävä tekijä oli murrosikäisen nuoren vanhemmuus. Vanhemmat haastateltiin ennen ryhmää, jossa mahdollistettiin ryhmäläisille vaikutusmahdollisuus ryhmän teemoihin, jolloin heille syntyisi osallisuuden tunne, joka osal-taan sitouttaisi heitä prosessiin. En kuvaa opinnäytetyössäni ryhmäkertojen sisältöjä tar-kemmin, mutta pyrin tuomaan esille ryhmäläisten onnistumisia, ajatuksia ja syntyneitä ke-hittämisideoita.

Vertaistuen esiintymistä havainnoin ryhmäkerroilla ja kokemuspohjaista aineistoa keräsin teemahaastattelun kautta. Tutkimus tuo esille ryhmädynamiikan ja vertaistuen yhtymäkoh-tia, joita on hyvä ottaa huomioon vanhempainryhmätoiminnassa. Tavoitteena oli tutkia ryh-mässä tapahtuneita ilmiöitä ja tuoda esille asioita, joita vertaistuellisen vanhempainryhmän ohjaajien tulisi ottaa huomioon ryhmäprosessin aikana ryhmädynamiikan muodostumisen sekä vertaistuen, ja niiden kautta voimaantumisen esiintymisen kannalta.

## 2 TUTKIMUKYSYMYKSET JA KEHITTÄVÄ ARVIOINTI

### 2.1 Tutkimuskysymykset ja kehittävä arviointi tutkimuksen lähtökohtana

Tavoitteena opinnäytetyössä oli havainnoinnin, teemahaastattelun ja ohjaajien haastattelun avulla tutkia vanhempainryhmän ryhmäytymisprosessia, voimaantumista ja tuottaa johtopäätöksiä tulevaisuuden ryhmiä varten. Tavoitteena oli myös tutkia, vaikuttiko ryhmässä käynti millään tavalla perheen vuorovaikutukseen tai muuten heidän tilanteeseensa kotona. Ryhmädynamiikan havainnointi ryhmän turvallisuuden näkökulmasta liitettiin osaksi tutkimusta, jotta saatiin näkyväksi tietoa siitä, mitkä tekijät tukevat luottamuksellisuuden muodostumista ryhmässä. Tavoitteena oli havainnoinnin avulla kerätä tietoa myös vertaistuen ja voimaantumisen toteutumisesta ryhmässä. Havainnointi tapahtui ollessani ryhmässä mukana muistiinpanoja tehden. Ohjaajien havainnot käytiin läpi ryhmän jälkeisessä purussa. Lisäksi tutkimuksen kautta kerätyt havainnot, osallistujilta saatu palaute haastattelutilanteessa sekä haastatteluista nousseet huomiot auttoivat tuottamaan johtopäätöksiä ja kehittämis ehdotuksia mahdollisiin tuleviin vanhempainryhmiin.

Tutkimuskysymyksiä valikoitui kolme. Yksi niistä on päätutkimuskysymys ja kaksi ovat alatutkimuskysymyksiä. Päätutkimuskysymykseni on:

1. Millainen merkitys vertaistukiryhmällä on ollut vanhemmille ja perheen elämäntilanteeseen?

Otan tutkimuksessani huomioon myös ryhmädynamiikan ja voimaantumisen, joten näiden kautta saan tutkimukseeni myös alakysymyksiä. Näitä ovat; miten ryhmädynamiikka näkyy ryhmän edetessä? Miten voimaantuminen näkyy ryhmän edetessä?

Arvioinnin, tässä tapauksessa vanhempien vertaistukiryhmän, merkityksen kartoituksen lähtökohtana on tuottaa havaintoja, johtopäätöksiä ja kehittämissuosituksia arvioitavasta kohteesta. Käytännössä arvioinnin tekijä luo kriteeristön, jonka avulla hän voi määritellä, onko arvioitu toiminta hyvää vai huonoa. Arviointikriteerit ovat arvioinnin tekijälle käytännön viitekehys, jonka mukaan tehdään päätelmiä toiminnan onnistumisesta tai epäonnistumisesta. (Virtanen 2007, 22 -24.) Arviointien on aina perustuttava tarpeeseen. Lisäksi arviointien keskeisenä laatukriteerinä on aineistolähtöisyys. Arviointi ei perustu arvioijan mielipiteisiin tai



olettamuksiin, vaan johtopäätökset ja kehittämissuositukset kytkeytyvät aineistosta nouseviin havaintoihin. Kyse on empiiristen havaintojen tuottamisesta ja niiden tulkitsemisesta. (Virtanen 2007, 22 -24.)

Vanhempien vertaistukiryhmän arvioiminen ja sen merkityksen kartoittaminen on tarpeellista ja ajankohtaista kotiin vietävän kriisityön toiminnan kehittämisen kannalta. Kotiin vietävän kriisityön vanhemmille tarkoitettua vertaistukiryhmää ei ole aikaisemmin ollut, mutta ryhmätoimintaa on toivottu paljon yksikköömme. Palvelukuvauksessamme on myös todettu, että ryhmätoimintaa pitää kehittää kotiin vietävän kriisityön yksikköön.

## 2.2 Tutkimusmenetelmä arviointi

Arvioinnin avulla pyritään palveluprosessin kehittämiseen sekä uusien näkemysten ja ratkaisujen tuottamiseen samalla kriittistä näkökulmaa ja uusien näkemysten lisääntymistä. Arvioinnin kohteena voivat olla esimerkiksi työmuodot, palvelut tai asiakkaat. Arviointitutkimus muodostuu erilaiseksi riippuen käytettävästä menetelmäsuuntauksesta ja aineistonkeruumenetelmistä. Arviointia voi ajallisesti tapahtua ennen suunniteltua toimintaa, sen aikana tai sen jälkeen. Ennen toiminnan toteuttamista voidaan arvioida sen tarpeellisuutta ja mahdollista toteuttamistapaa. Toiminnan aikana tapahtuva arviointi on prosessiarviointia, joka voi kohdistua työn toteuttamisessa tai asiakkaissa tapahtuviin muutoksiin. Vaikutuksen arviointi tapahtuu toteutetun toiminnan jälkeen. (Anttila 2005, 185.)

Opinnäytetyössä arvioin vanhempainryhmätoimintaa systemaattisesti: sen sisältöä, toteutusta ja tarvetta. Arvioin myös sen vaikutuksia vanhemmille ja sitä, vaikuttaako se myös kotiin vietävään kriisityön perhetyöhön. Pyrkimyksenä on kuvata puolueettomasti ja luotettavasti. Vanhempain vertaistukiryhmätoiminnalla tavoitellut vaikutukset toimivat arvioinnin kriteereinä. Käytän erilaisia menetelmiä ja näkökulmia, jotta saan muodostettua kokonaiskuvan vanhempien vertaistukiryhmätoiminnasta. Näitä menetelmiä avaan opinnäytetyön myöhemmässä vaiheessa. Sen perusteella teen myös lopulliset johtopäätökset. (FinSoc 2001, 6-8.)

Arvioinnin kautta on tarkoitus selvittää, syntyykö toteutetulla vanhempien vertaistukiryhmätoiminnalla tavoiteltavia vaikutuksia eli syntyykö ryhmässä sosiaalista tukea vanhempien välillä, auttaako vertaistuki jaksamaan arjessa ja tukeeko ryhmä kotiin vietävää kriisityötä.

Vanhempien vertaistukiryhmän on tarkoitus toimia osana kotiin vietävän kriisityön toimintamallia, joka on osa lastensuojelun asiakasperheille suunnattua avohuollon palvelua. Kotiin vietävän kriisityön on tarkoituksena pyrkiä lisäämään perheiden hyvinvointia sekä pyrkiä vähentämään huostaanottoja. Opinnäytetyön arvioinnin kriteereinä ovat vanhempien vertaistukiryhmätoiminnan tavoitellut vaikutukset, joita ovat vertaistuen syntyminen ryhmässä, voimaantuminen ja kotiin vietävän kriisityön tukeminen vertaistukiryhmän avulla. Vaikutusten arvioinnissa tulee pohtia mitkä asiat vaikuttavat vanhempien välisen vertaistuen ilmenemiseen ja kuinka kotiin vietävä kriisityö hyötyy vanhempien vertaistukiryhmästä. (FinSoc 2001, 6.)

Vanhempien vertaistukiryhmän välittömiä vaikutuksia voi olla toiminnan aikana syntynyt vanhempien vertaistuki. Kotiin vietävän kriisityön kannalta pitkäaikaisvaikutukset ovat merkittävimpiä, kuten perheiden hyvinvoinnin lisääntyminen ja huostaanottojen vähentyminen. Nämä ovat vaikeimmin tutkittavissa olevia asioita, koska esimerkiksi kotiin vietävän kriisityön työskentelyaika perheissä on noin 5 kuukautta, joten tätä en voi opinnäytetyössäni selvittää. Tämän tyyppisiä vaikutuksia on muutenkin vaikeampi selvittää ja mitata sosiaalialalla, koska tulokset eivät ole välttämättä ulospäin näkyviä ja ne saattavat ilmetä vasta pitkien ajanjaksojen jälkeen. (FinSoc 2001, 7.)

### 2.3 Kehittävä arviointi opinnäytetyöprosessissa

Opinnäytetyölleni on vaikea määritellä tiettyä menetelmäsuuntausta, koska opinnäytetyöprosessi koostuu useasta eri osasta. Käytän tutkimusmenetelminä havainnointia, haastattelun vanhempien vertaistukiryhmän ohjaajia sekä teen teemahaastattelun ryhmässä oleville vanhemmille. Moninaisuutensa vuoksi useat erilaiset tutkimusmenetelmät sopivat opinnäytetyöni suuntauksiksi. Päädyin käyttämään kehittävää arviointia, jolle on ominaista kehittämistyö ja prosessin arvioiminen eli se soveltuu hyvin opinnäytetyöni luonteelle.

Kehittämällä tarkoitetaan toimintaa, jonka tavoitteena on luoda uusia tai entistä parempia palveluja tai menetelmiä tutkimustulosten avulla. Suunnittelemaillamme ja toteuttamallamme vanhempien vertaistukiryhmätoiminnalla on tarkoitus kehittää kotiin vietävää kriisityötä entistä monipuolisemmaksi ja tehokkaammaksi. Vanhempien vertaistukiryhmätoiminta olisi mahdollista toteuttaa myös ilman tutkimuksellista otetta, mutta tutkimus ja kehittäminen toimivat hyvin yhdessä. Opinnäytetyöni tutkimustulokset voivat tarjota perusteita vanhempien

vertaistukiryhmätoiminnalle, jolloin onnistumisen mahdollisuudet kehittämiselle toivottavasti paranevat. ( Heikkilä & Jokinen & Nurmela 2008, 21.)

Kehittävälle arvioinnille on luonteenomaista osallistavuus ja eri tahojen välinen vuoropuhelu. Arviointitulosten lisäksi painotetaan prosessia ja sen aikana syntyvää oppimista. Kehittävät arvoinnit johtavat parantamisalueiden esille nostamiseen, suosituksiin, kehittämis ehdotuksiin sekä toiminnan edistämiseen. Arviointi toimii palautteena sekä ohjauksen välineenä vanhempain vertaistukiryhmäprosessin aikana. Kehittämistyössä tyypillistä on prosessinomainen etenemistapa sekä ratkaisuvaihtoehtojen ja etenemissuuntien moninaisuus. Opin näytetyössäni käytän sekä formatiivista että summatiivista arviointia eli arvioin sekä prosessia että sen vaikutuksia. Formatiivinen arviointi kohdistuu kehittämisen toteuttamiseen eli siihen, miten vanhempien vertaistukiryhmä on toteutettu ja kuinka sen toimintaa voisi parantaa. Summatiivinen arviointi kohdistuu prosessin lopputuloksiin ja vaikuttavuuteen. Näitä molempia arviointimenetelmiä tarvitaan oppivassa kehittämisessä, jossa keskeistä on omaan toimintaan arvioivasti suhtautuminen sekä erilaisten tiedonlähteiden käyttäminen toiminnan muokkaamisessa. ( Seppänen-Järvelä 2004,17 -18.)

Opinnäytetyöni peruslähtökohtana on tarkastella vanhempien vertaistukiryhmätoimintaa ja tuoda esille sen toteuttamisessa käytetyt mallit. Olennaista kehittämistyössä on se, että mitä tapahtuu ihmisten välillä prosessin aikana ja kuinka yhdessä opitaan ratkaisemaan ongelmia. (Seppänen-Järvelä 2004, 19.)

## 2.4 Arviointisuunnitelma

Kehittävälle arvioinnille on tärkeä laatia arviointisuunnitelma, joka koostuu parhaimmillaan sekä summatiivisesta että formatiivisesta puolesta. Opinnäytetyön tavoitteiden selkiyttämisen jälkeen edetään arvioinnin toteuttamissuunnitelman valinnan lähtökohtana oleviin kysymyksiin, joihin arvioinnin kautta halutaan vastata. (Seppänen-Järvelä 2004, 20.) Arviointisuunnitelma on tehty Pirkko Anttilan (2007) asettamia arviointisuunnitelmaan liittyviä kysymyksiä mukaillen ja Petri Virtasen (2007) arviointiprosessin vaiheiden kuvausta käyttäen.

Arvioinnin tarkoituksena on lisätä työntekijöiden tietoisuutta omista työskentelytavoistaan ja sitä kautta mahdollisten kehittämiskohteiden löytäminen. Tarkoituksena on myös selkeyttää kotiin vietävän kriisityön merkitys ja rooli Helsingin kaupungin sosiaalityön kentällä nyt ja

tulevaisuudessa. Yritän myös lisätä työyhteisössä ymmärrystä siitä, mikä voisi olla kotiin vietävän kriisityön ydinosamasta, johon kannattaa panostaa.

Arvioinnin ydintekijöinä on vanhempien vertaisryhmätoiminnassa käytettyjen menetelmien esiin nostaminen ja niiden arviointi, vanhempien vertaisryhmätoiminnan merkitys kotiin vietävän kriisityön asiakkaille sekä vanhempien vertaistukiryhmän asettuminen kotiin vietävän kriisityön toiminnan kenttään nyt ja tulevaisuudessa.

Arvioinnin toteuttamisessa käytetään seuraavia menetelmiä: havainnointi vanhempien vertaistukiryhmässä, haastattelemalla vanhempien vertaistukiryhmän ohjaajia sekä haastattelemalla vanhempien vertaistukiryhmän vanhempia.

Arvioinnin ja kehittämisen aikataulut:

- havainnointi vanhempien vertaistukiryhmässä syksyllä 2014 (lokakuu-joulukuu)
- haastattelut vanhempien vertaistukiryhmän vetäjille ja vanhemmille joulukuussa 2014
- havainnoinnin ja haastattelujen perusteella tehdään analyysi tutkimustuloksista joulukuussa 2014 sekä tammikuussa 2015
- tutkimustulosten julkistaminen toukokuussa 2015

Opinnäytetyössäni on tarkoitus arvioida vanhempien vertaistukiryhmää yllä mainitun mukaisesti. Ensin olen tutustunut teoriaan ja tämän jälkeen toteutetaan vanhempien vertaistukiryhmä, jonka avulla arvioin sekä vanhempien että ohjaajien näkökulmasta vanhempien vertaistukiryhmän tarpeen, sen toteutusta ja miten se sopii työmuodoksi kotiin vietävän kriisityön yksikköön. Arvioinnin lopuksi vanhempien vertaistukiryhmästä laaditaan menetelmäkansio, joka jää yksikköömme kaikkien käytettäväksi. Tämä menetelmäkansio ei ole mukana tässä opinnäytetyössä, mutta kuvaan liitteessä (Liite 3), millaisia asioita ryhmäkerroilla on käsitelty.

### 3 VERTAISRYHMÄTOIMINNAN LÄHTÖKOHDAT

#### 3.1 Vertaistuki

Vertaistuki on tukea, apua ja hyötyä antavaa vuorovaikutusta samanlaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten kesken. Samankaltaisessa tilanteessa olevien ihmisten kohtaaminen voi tuoda ryhmään osallistuvalla helpotusta ja vaikeiden tunteiden kuvaaminen onnistuu tietäessä, että muut todella ymmärtävät. Vertaisryhmässä toimiminen synnyttää jäsenten välille keskinäistä spontaania kommunikointia sekä vuorovaikutusta. Useimmiten ryhmä tarvitsee kuitenkin työntekijän antaman ”alkusysäyksen” spontaanin kommunikoinnin mahdollistumiseksi. Yksi vertaistukitoiminnan keskeinen osa-alue on selviytymiskeinojen jakaminen ryhmäläisten kesken. Ryhmässä voi tuoda julki erityisessä elämäntilanteessa hyväksi havaitsemiaan taitoja tai keinoja, jota joku toinen ei välttämättä tullut edes ajatelleeksi. Voisi siis sanoa, että tiedon, selviytymiskeinojen sekä kokemusten jakaminen ja purkaminen ovat vertaistukitoiminnan lähtökohta. (Ihalainen & Kettunen 2007, 47; Juhila 2006,23.)

Yksilön käytettävissä olevina sosiaalisina resursseina pidetään ensisijaisesti yksilön sosiaalisia verkostoja sekä sosiaalista tukea. Näiden resurssien katsotaan lisäävän yksilön hyvinvointia, saattaa lieventää stressitilanteita ja niiden aiheuttamaa ahdistusta sekä antaa erityistä tukea selviytymistä vaativissa elämäntilanteissa. Vertaistukitoiminnalla on erityinen merkitys yksilön sosiaalista tukea käsiteltäessä. Vertaistukiryhmän merkitys yksilölle on turvallisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunteen antaminen sekä samalla positiivisen samaistumisen mahdollisuus.(Salo & Tuunainen 1996,232). Kotiin vietävän kriisityön ohjaajien suunnittelema vertaistukiryhmän jäsenillä oli rajalliset sosiaaliset verkostot, minkä vuoksi koimme vertaistukiryhmän olevan hyväksi juuri kyseiselle ryhmälle. Ryhmän jäsenet kokivat myös itse ryhmän olevan tärkeä ja avoin, mihin oli helppo tulla puhumaan asioistaan.

Kotiin vietävän kriisityön ohjaajan työmenetelmänä vertaistuki on asiakaskeskeinen työmuoto, joka vaatii työntekijältä omaan rooliinsa suhtautumisen muuntamista. Vertaistukitoiminnassa ohjaaja ei varsinaisesti ohjaa ryhmää, vaan toimii vertaistukiryhmässä ”hiljaisena tarkkailijana”, joka puuttuu tilanteisiin tarpeen vaatiessa ja seuraa vertaistukiryhmän toimivuutta ja tarkoituksenmukaisuutta. (Ihalainen & Kettunen 2007, 47).

Vertaistoimintaan perustuvan auttamisen keskiössä on ihmisten välinen arkinen kohtaaminen, jossa ihminen ei ole ”asiakas” tai ”potilas”, vaan oma itsensä, auttaja ja autettu. Keskeistä siinä ovat kokemukset ja niiden jakaminen. (Hyväri 2005,32.) Vertaistoiminnan tärkeitä toimintaperiaatteita ovat keskinäinen apu, tuki ja tasa-arvoisuus. Ihmisten ollessa yhdenvertaisia ja tasa-arvoisia toistensa kanssa, kokemusten jakaminen onnistuu luontevasti. (Laimio & Karnell 2010, 12-14.)

Vertaistoiminta perustuu yhdenvertaisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunteeseen, samantyyppisiin elämäkokemuksiin, samankaltaisiin kiinnostuksen kohteisiin tai kokemusten kautta saatuun asiantuntijuuteen. (Laimio & Karnell 2010, 20 -21). Marianne Nylund toteaa (2005), että kokemusten merkityksellisyys korostuu usein vertaisryhmätutkimuksissa eli puhutaan kokemustiedosta. Nylund toteaa Marja Nyleenin (2003) kirjoituksen pohjalta myös, että kokemustiedon käsite on ottanut paikkansa myös järjestöjen vertaisryhmätoiminnan kuvauksissa. Julie-Maarie Vahtivaara (2010) kirjoittaa, että kokemustiedon jakaminen on yksi vertaistuen muoto. Kokemustieto perustuu ihmisen oman henkilökohtaisen kokemuksen kautta kertyneeseen tietoon. Jokainen ihminen kokee ja tulkitsee elämänsä tapahtumat omista lähtökohdistaan käsin ja toimii näin asiantuntijana kokemuksiansa kautta. (Laimio & Karnell 2010, 12.)

Vertaistoiminnan arvoja ovat toisen ihmisen kunnioitus ja avoimuus. Ihminen on vertaistoimintaan osallistuessaan valmis jakamaan omia kokemuksiaan ja ajatuksiaan, mutta myös valmis kuulemaan muiden osallistujien näkemyksiä ja kokemuksia. Tässä tulee esille kunnioitus muita kohtaan, jota vertaistoiminnassa tarvitaan. Vertaistoiminnassa muilta ihmisiltä saatu empatia on usein erilaista kuin ammattiauttajilta saatu. Joskus ryhmä voi olla ainut paikka, jossa ihminen uskaltaa jakaa kokemuksiaan ilman leimatuksi tulemisen pelkoa. Henkilökohtaisista ja usein arkaluontoisista asioista puhuminen edellyttää turvallista paikkaa, jota vertaistoiminnan arvot ja vastavuoroinen jakaminen edistää. Osanottajat ovat toisilleen samaistumisen kohteita, selviytyjiä ja muutoksen mahdollistajia. (Vahtivaara 2010, 11.)

Vertaistoiminnan ajatuksena on myös usko ihmisen sisäisiin voimavaroihin. Ihmisen omat sisäiset voimavarat voidaan saada käyttöön vertaistukiryhmätoiminnan avulla. Erilaisten elämänmuutosten läpikäyminen herättää monenlaisia tunteita, joiden tunnistaminen ja ilmaiseminen ovat tärkeitä ihmisen hyvinvoinnille. Omien voimavarojen sekä vahvuuksien löytäminen ja tunnistaminen auttaa ihmistä tekemään paremmin itselleen myönteisiä valintoja.

Vertaistoimintaan osallistuminen usein edellyttää ihmiseltä pysähtymistä ajattelemaan ja oivaltamaan näitä asioita. ( Vahtivaara 2010, 12.)

### 3.2 Ryhmädynamiikka

Ryhmädynamiikalla tarkoitetaan ryhmän sisäisiä voimia, jotka voivat kokijan kannalta olla hyvin merkittäviä. Käsitteellä viitataan siihen, että ryhmä toimii tavalla, jota ei voisi suoraan päätellä sen yksittäisen jäsenen käytöksestä. Ryhmän tapa toimia syntyy siis jäsenten välisestä vuorovaikutuksesta ja kommunikaatiosta. (Kopakkala 2005, 37.)

Marjatta Eskola ja Riitta Jauhiainen määrittelevät ryhmädynamiikkaa seuraavasti: ”Ryhmädynamiikka syntyy, kun useat ihmiset ovat keskenään samassa toimintatilanteessa. Jokaisen omiin kokemuksiin perustuvat tulkinnat poikkeavat toisistaan, ja tilanne näyttäytyy kullekin erilaisena. Tulkintojen mukainen toimiminen tuo tilanteeseen vaikutteita, jotka pyrkivät kääntämään vuorovaikutuksen uuteen suuntaan. Eri tahoilta, sekä yksilöstä itsestään että ryhmän ympäristöstä, tulevat vaikutteet muodostavat tilanteen voimien ja voimasuhteiden dynaamisen kentän.”(Eskola & Jauhiainen 1993, 36.)

Ryhmä on siis joukko ihmisiä, joilla on yhteinen tavoite ja tieto siitä, ketkä ovat sen jäseniä. Ryhmädynamiikalla viitataan ryhmän sisäisiin voimiin, joiden merkitys voi olla hyvinkin merkittävä osallistujille. Käsitteellä tarkoitetaan ryhmän käyttäytymistä tavalla, jota ei ole voitu ennakoida yksilöiden perusteella. Ryhmädynamiikka muodostuu vuorovaikutuksesta ryhmään osallistuvien henkilöiden välillä. Ryhmän turvallisuuteen vaikuttava tekijä on kahdenkeskisten vuorovaikutusepisodien määrä eri jäsenten välillä. Ryhmässä vuorovaikutustilanteet perustuvat jäsenten tavoitehakuisuuteen, jolloin heidän pyrkimyksensä on saavuttaa mahdollisimman sopiva asema ja erilaisia etuja. Ryhmän säännöt, sopimukset ja johtajuus ehkäisevät tämän kaltaista yksilön tarpeiden tyydyttämispyrkimystä. Pääsääntöisesti ryhmän jäsenet käyttäytyvät hillitysti kokiessaan ryhmän toiminnan oikeudenmukaiseksi ja tasa-arvoiseksi. Ryhmälle ominaista on yhteisen kommunikaatiotavan muodostuminen, mutta myös yhteiset käsitykset ulkopuolisesta maailmasta sekä ryhmän suhteesta siihen. (Kopakkala 2011, 37.)

Ryhmien ohjelma tai teemat eivät ole pääosassa vaan se, että ryhmällä on mahdollisuus käsitellä asioita yhdessä. Lisäksi ryhmässä on mahdollisuus tuoda esiin omia kokemuksiaan ja verrata niitä toisten ryhmäläisten vastaaviin, on erittäin tärkeää. Pääpaino on yleensä

ryhmä- keskusteluissa, joiden aiheina voivat olla esimerkiksi osallistujan kokemukset, tunteet tai näkökulmat. Ryhmäkertoja on mahdollista monipuolistaa parityöskentelyllä tai erilaisilla kirjallisilla tehtävillä sekä toiminnallisilla harjoituksilla, joilla mahdollistetaan uusia oivalluksia ja näkökulmia. Ohjaajien roolissa merkityksellistä on hyvä ja toimiva yhteistyö heidän välillään. Heidän tehtävänä on ylläpitää keskustelua, rajata aiheita ja mahdollistaa tasa-arvoinen huomio osallistujille. ( Eskola & Jauhiainen 1993, 11.)

### 3.3 Osallisuus

Vertaistukeen liittyy osallisuuden näkökulma, sillä vertaisuuden ja osallisuuden kokemukset vaikuttavat merkittävästi ihmisen toimijuuteen, selviytymiseen, itsekunnioitukseen ja kykyyn määrittää omat tavoitteensa. Osallisuus luo elämään mielekkyyttä ja sosiaalinen osallisuus tuottaa hyvinvointia ja terveyttä. Osallisuuden kokemuksella ihminen tuntee kuuluvansa tiettyyn ryhmään tai yhteisöön, jolloin hän tuntee myös omat ajatuksensa arvokkaiksi ja merkityksellisiksi. Sosiaalseen osallisuuteen kuuluvat sosiaalinen vuorovaikutus ja sosiaalinen tuki. Sosiaalinen osallisuus merkitsee yleisenä tavoitteena erilaisuuden ja yksilöllisyyden hyväksymistä. Sosiaalisen osallisuuden vastakohtana on sosiaalinen syrjäytyminen. Sosiaalisella syrjäytymisellä tarkoitetaan prosessia, jossa osa yhteiskunnan jäsenistä joutuu tahdomattaan sivuun yhteiskunnasta ja yhteisöistä. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 192.)

Osallisuus voidaan määritellä vuorovaikutuksessa syntyväksi subjektiiviseksi kokemukseksi johonkin kuulumisesta. Tämä johonkin kuulumisen tunne koostuu Elina Nivalan mukaan turvallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksista, oman merkityksellisyyden kokemuksesta sekä mahdollisuudesta vaikuttaa omiin asioihin eli toimintakykyisyyden kokemuksista. Osallisuus on siis enemmän kuin konkreettista osallistumista, osallistuminen on yksi osa kokonaisvaltaista osallisuutta. (Nivala 2010, 22.)

Mikko Orasen (2008) mukaan osallisuus on yhteisöön liittymistä, kuulumista ja siihen vaikuttamista. Osallisuus rakentuu vastavuoroisesta toiminnasta, jonka edellytyksenä on yhteisön jäsenten huomioon ottaminen ja jäsenten aktiivinen mukaan tuleminen. Osallisuudessa vastavuoroisuus on olennaista, koska vaikuttaminen ei mahdollistu, jos ei voi olla mukana asioiden käsittelyssä eikä ole asioista tietoinen. Osallisuutta on kuvattu porrastai tikapuumalleilla. Malleja voi tiivistää niin, että alemmilla portailla yksilö omaa vain vähän tai ei lainkaan mahdollisuuksia vaikuttaa ja mitä korkeammalle hän kiipeää, sitä enemmän hänellä



on valtaa ja mahdollisuuksia. Oletetaan, että myös näin yksilön osallisuus samassa suhteessa lisääntyy. Osallisuuden kokemusta pidetään myös ehtona osallisuuden toteutumiselle, yksilöllä täytyy olla kokemus siitä, että tärkeät asiat ovat tulleet kuulluksi ja niillä on ollut merkitystä. (Oranen 2008, 21.)

Osallisuus ja vertaisuus liittyvät myös dialogiseen ja sosiokulttuurisen innostamisen lähestymistapoihin. Ryhmissä dialogisuus mahdollistaa yhteisen ja jaetun ymmärryksen ja kielen rakentamisen. Vertaisryhmissä voi harjoitella dialogista keskustelua, jolloin toisten kuunteleminen, yhdessä etsiminen, keskinäinen luottamus ja kiinnostus toisen näkemyksiä kohtaan ovat keskeisiä asioita. Sosiokulttuurisen innostamisen näkökulmasta ryhmissä syntyvä vertaisuus ja osallisuus voivat innostaa ryhmäläisiä myös vaikuttamiseen ja muutokseen. (Mehtola 2012, 7.)

Yhteisöllisyydellä tarkoitetaan osallisuutta ja yhteenkuuluvuutta, joka toteutuu esimerkiksi perhe-, sukulaisuus-, ystävyys, työ- tai harrastusyhteisössä. Tutkimusten mukaan yhteisöllisyydellä on positiivinen vaikutus hyvinvointiin. (Sykäri 2010, 6.) Yhteisöllisyyden muodostumiseen vaikuttaa merkittävästi luottamuksellisuus, mikä puolestaan luo turvallisuutta. Yhteisöllisyyden kautta ihminen kokee olevansa osallinen ja voivansa vaikuttaa yhteisiin ja itseään koskeviin asioihin. Lisäksi ihminen kokee olevansa merkityksellinen toisille yhteisön jäsenille ja haluaa itse kuulua yhteisöön. Yhteisöllisyydessä keskeistä on dialogi ja avoin keskustelukulttuuri. (Sykäri 2010, 6.) Vertaisuuden jakamisessa yhteisöllisyys on keskiössä, sillä oman kokemuksen jakaminen onnistuu vain turvallisessa ja luottamuksellisessa yhteisössä. Luottamuksellisessa ryhmässä voi tuntua helpottavalta puhua vaikeista ja haavoittavista kokemuksista. Vertaisuutta voidaan pitää myös kivijalkana, jonka päälle yhteisöllisyys rakentuu. Vertaisryhmässä yhteisöllisyys rakentuu pikkuhiljaa valintojen ja tavoitteellisen toiminnan avulla (Hyväri 2005, 224 -226.) Opinnäytetyöni tutkimustuloksissa kuvailen tarkemmin ryhmädynamiikkaa ja osallisuutta ryhmäläisten kesken.

### 3.4 Voimaantuminen

Empowerment-käsitteeseen suomalaisessa kirjallisuudessa on törmätty ensimmäisiä kertoja Mirja Satkan toimesta vuonna 1993, jolloin hän julkaisi teoksen, jossa kertoi kokemuksistaan Yhdysvalloissa kriittisestä ja yhteisöllisestä sosiaalityöstä. Tällöin empowerment suomennos ei ollut voimaantuminen vaan Mirja Satka käytti suomenkielisenä vastineena käsitettä kansalaiskeskeinen sosiaalityö. (Kuronen 2004, 283.) Empowerment käsitteen

käyttö on kuitenkin tällä vuosituhanalla yleistynyt sosiaalityön julkaisussa erityisesti puhuttaessa syrjäytyneistä ja huono-osaisista.

Empowerment on käsitteenä moniulotteinen sekä hankalasti määriteltävissä. Empowerment sanalle on suomenkielisiksi vastineiksi esitetty muun muassa voimaannuttamista, voimaantumista, valtuuttamista, voimistamista ja valtauttamista. Käytän opinnäytetyössäni sanaa voimaantuminen, joka kuvastaa mielestäni hyvin vanhempien voimaryhmässä olleiden äitien tapahtunutta muutosta. Voimaantumisen käsitteessä voidaan nähdä kaksi pääulottuvuutta. Toisen ulottuvuuden mukaan se on henkilökohtainen prosessi, johon liittyy niin henkilökohtainen näkökulma kuin tahto, tieto ja tunne prosessejakin. Ryhmissä, organisaatioissa ja yhteisöissä voidaan nähdä ja konkretisoida voimaantumisen sosiaaliset ulottuvuudet, jotka nähdään käsitteen toisena pääulottuvuutena. (OKKA-säätiö i.a.)

Juhani Räsänen (2004) mukaan voimaantumisan käyttö erilaisissa teoksissa ja eri projektien tavoitteissa on yleistynyt tällä vuosituhanalla. Mitä voimaantumisella sitten tarkoitetaan? Voimaantuminen on yleiskäsite, jolla kuvataan ihmisen sisäistä voiman tunnetta. Yksilön sisäisellä voiman tunteella on keskeinen rooli ajatellen yksilön hyvinvointia ja elämäntähtäystä. Voimaantuneella ihmisellä tarkoitetaan henkilöä, jolla on realistinen kuva omasta itsestään, osaamisestaan, ja joka toimii aktiivisesti saavuttaakseen omat päämääränsä. (Räsänen 2004,11.)

Juha Siitosen (1999) voimaantumisteorian mukaan voimaantuminen on ihmisestä itsestään lähtevä prosessi eikä sitä tuota tai aiheuta mikään ulkopuolinen tekijä. Teoriaa ei voida käyttää voimaantuneen ihmisen ominaisuuksien tutkimiseen, koska se ei määrittele voimaantuneen ihmisen ominaisuuksia. Voimaantuminen ilmenee taitoina, uskomuksina, käyttäytymisenä sekä erilaisina ominaisuuksina eri ihmisillä. Voimaantuminen voidaan usein nähdä kontekstisidonnaisena. Teoria sopii hyvin tutkimukseen, jossa tarkastellaan miten voimaantuminen jäsentyy ihmisellä eli miten yksilö kokee voimaantumisen tai miten hän voimaantumisprosessinsa itse jäsentää ja ymmärtää. (Siitonen 1999; Hiltunen 2005, 27-29.)

Suomessa voimaantumisteoriaa on tutkimuksissa käsitelty hyvin vähän ja Juha Siitonen on yksi niistä harvoista tutkijoista, joka on väitellyt voimaantumisesta. Tästä syystä voimaantumisesta käsittelevissä teoksissa törmäsin lähes poikkeuksetta Juha Siitosen voimaantumisteoriaan. Hän on ensimmäinen Suomessa aiheesta väitellyt tutkija. Tämän vuoksi pohjaan voimaantumisen teoreettisen viitekehysten Juha Siitosen voimaantumisteoriaan.

Kuten edellä olevista voimaantumisen määritelmistä voidaan havaita, ulkoisilla olosuhteilla voidaan tutkijoiden mukaan tukea voimaantumisprosessia. Julian Rappaportin (1984) mukaan voimaantuminen ei ole pysyvä tila, mutta sitä voidaan tukea hienovaraisesti esimerkiksi avoimuudella, rohkaisulla, toimintavapaudella ja pyrkimällä turvallisuuteen, luottamukseen ja tasa-arvoon. Juha Siitosen (1999) mukaan erityisesti vapaus, hyväksyntä, turvalliseksi koettu ympäristö, kannustava ilmapiiri, tasa-arvoisuus, luottamus ja arvostus ovat yhteydessä sisäisen voimantunteen muodostumiseen ainakin opettajiksi opiskelevien keskuudessa.

Juha Siitonen (1999) löysi tutkimuksessaan seitsemän voimaantumiseen liittyvää kategoriaa: vapaus, vastuu, arvostus, luottamus, toimintaympäristö, ilmapiiri ja myönteisyys. Voimaantumisprosessin onnistumisen kannalta nousivat vapauden kategoriassa esiin valinnanvapaus, vapaaehtoisuus, itsenäisyys, oma kontrolli ja toimintavapaus (Siitonen 1999, 63 - 65). Vastuun kategoriassa löytyi keskeisiksi voimaantumiseen liittyviksi tekijöiksi todellinen vastuunottaminen, pitkäjänteisyys, halu menestyä ja kehittyä, tuki, rohkeus kokeilla asioita, yhteisoppiminen, aktiivisuus, yrittäminen, kriittisyys ja tarpeellisuuden kokemus (Siitonen 1999,65).

Tutkimusosuus, aineiston esittely ja johtopäätökset ovat työni loppupuolella kappaleissa 8 ja 10. Onnistuvatko siis Kotiin vietävän kriisityön ohjaajat työskentelemään niin, että mahdollistavat asiakkaansa voimaantumisen ja kuinka he kuvailevat voimaantumista? Tutkimuksessani peilaan tuloksia osaksi myös voimaantumisteoriaan.

Vanhempien voimaryhmä on ryhmä, jossa pyritään kunnioittavaan, luottamukselliseen, avoimeen ja toinen toistaan tukevaan ilmapiiriin. Tavoitteena on saada ryhmästä väline voimaantumisen tueksi. Ryhmä ja ohjaajat toimivat sosiaalisena verkostona, jossa ryhmäläiset ja ohjaajat toimivat vuorovaikutuksessa keskenään. Yhtenä tavoitteena on mahdollistaa vanhempien voimaantuminen, jolloin oireilevan nuoren kanssa selviytyminen on mahdollista saavuttaa ryhmässä. Tästä syystä on tärkeää selvittää, tukeeko vanhempien voimaryhmä ryhmäläisen voimaantumista. Vanhempien voimaryhmän yhtenä tavoitteena oli myös herättää kotiin vietävän kriisityön yksikön ohjaajissa sisäistä pohdintaa omasta tavastaan mahdollistaa asiakkaittensa voimaantumista, esimerkiksi juuri vertaistukiryhmätoiminnan avulla.

#### 4 VERTAISRYHMÄTOIMINNASTA TEHTYJÄ TUTKIMUKSIA

Etsiessäni tietoa vertaisryhmätoiminnasta tehtyjä tutkimuksia, huomasin, että vertaisryhmätoiminta on paljon tutkittu aihe. Vertaisryhmätoiminnasta on tehty paljon opinnäytetöitä, pro gradu-tutkielmia sekä väitöskirjoja. Myös kirjallisuutta aiheesta löytyy paljon. Yritin löytää sellaisia tutkimuksia, jotka olisivat lähellä omaa opinnäytetyötäni. Vertaisryhmätutkimusviidakossa se ei ollut helppoa, mutta koin löytäneeni sellaisia tutkimuksia, joissa on samoja piirteitä ja tutkimustuloksia kuin omassa opinnäytetyössäni.

Vertaistuen ja vertaisryhmien tutkimusta on tehty Pohjois-Amerikassa 1960-luvulta lähtien, joskin Euroopassa ja erityisesti Pohjoismaissa aiheetta koskeva systemaattinen tutkimustoiminta käynnistyi kunnolla vasta 1990-luvulla. Aikaisempi tutkimus on selvittänyt sitä, minkä tyyppisiä vertaistukiryhmiä on olemassa, missä kaikkialla niitä toimii ja kuinka ryhmissä toimitaan. Toisaalta tutkimus on painottunut vertaisryhmien ja vertaistuen määritelmiin sekä vertaisryhmien toimintaan hakeutumisen syihin. (Nylund 2005, 196.)

Marianne Nylund (2005) luokittelee vertaistukitoiminnan tutkimuksen sekä kansallisesti että kansainvälisesti kahteen pääkoulukuntaan, joita ovat sosiaali- ja yhteiskuntatieteet sekä psykologia ja terveystieteet. Sosiaali- ja yhteiskuntatieteessä huomio on kiinnittynyt erityisesti vertaisryhmien tarkasteluun yhteisinä, jolloin keskeisiä tutkimusteemoja ovat olleet muun muassa osallisuus, vaikuttaminen, vastavuoroisuus, voimaantuminen ja yhteisöllisyys. Psykologiassa ja hoitotieteissä tutkimuksen kohteena ovat olleet pikemminkin yksilölliset kokemukset ja ryhmädynamiikka. (Nylund 2005, 197.)

Opinnäytetyötä tehdessäni hain reflektiopintaa muista tutkimuksista, joista samalla sain tietoa ja näkemystä muiden tekemistä havainnoista ja tuloksista liittyen vertaistukeen, ryhmädynamiikkaan ja voimaantumiseen. Muiden tekemät menetelmät tulosten saavuttamiseksi kiinnostivat myös minua ja otinkin heiltä mallia, miten tehdä hyvä tutkimus käsittelemistäni aiheista. Esittelen tässä muutaman pro gradu -tutkimuksen sekä muutaman väitöskirjan, joilla oli oman tutkimukseni kanssa yhteneväisyyttä.

Eniten vertaistukitutkimusta on tehty alkoholiriippuvaisten ryhmissä, mielenterveyskuntoutujien ryhmissä ja erilaisissa fyysisten sairauksien ryhmissä esimerkkinä syöpäsairaudet. 2000-luvulla näiden ryhmien rinnalle ovat tulleet omaishoitajat, vanhukset, vammaisten lasten vanhemmat sekä erilaiset etniset vähemmistöryhmät. (Nylund 2005, 199.)

Marja Saarenheimon ja Minna Pietilän tutkimuksessa (2006) huomio on omaishoitajien vertaistuki voimaantumisen näkökulmasta. Voimaantuminen on ollut myös Kati Wilskan (2004) tutkimuksen keskeinen teema, mutta hänellä kohderyhmänä ovat olleet vammaiset naiset.

Anu Toijan pro gradu -tutkimus ”Vertaistuen voima - harvinaissairaiden lasten vanhempien kokemuksia vertaistuesta” käsittelee aihettaan muun muassa vertaistuen kautta. Vertaistukea Anu Toija (2011) käsittelee monipuolisesti ja usealta eri näkökulmalta, esimerkkeinä muun muassa pienten lasten äitien keskustelut Internetin keskustelupalstoilla sekä sairaan lapsen vanhempien välinen vertaistuki. Tutkimus keskittyy aiheensa mukaisesti vertaistuen osalta sairaan lapsen vanhempien väliseen vertaistukeen. Tutkimuksen tuloksia Anu Toija (2011) kuvaa vertaistuen kautta seuraavasti: alussa uuden tilanteen kohdatessa ihmistä, syntyy tarve oppia paljon uutta. Tämä huolimatta siitä, että samanaikaisesti henkilöä uuvuttaa jatkuva huoli ja epätietoisuus. Tutkimuksen kohderyhmästä nousi yhteiseksi tekijäksi suunnaton tarve tiedonsaantiin sekä keskusteluun, jotta he saisivat haalittua tietoa harvinaisesta sairaudesta sekä tukea sen kanssa selviämiseen. Keskustelun tarpeen kaipuuta kohderyhmä tuotti paljon. (Toija 2011, 12- 23, 29– 31.)

Ajatuksia herättävää oli miten Anu Toijan (2011) mukaan tutkittavat toivat esiin sitä, että keskustelukumppania harvinaisen sairaan kanssa ei tuntunut löytyvän, mutta kuitenkin he kokivat, että ammattilaisilta saat tieto ja tuki oli korvaamatonta, vaikka tiedon laatu olikin vaihtelevaa. Tästä huolimatta tärkeämmäksi tuen muodoksi nousivat henkilökohtaiset vertaiset, kun heille ilmaantui mahdollisuus heitä hyödyntää. (Toija 2011, 30-35.)

Tuula Kinnunen (2006) esittää pro gradu -tutkimuksessaan ”Vertaistuki erityislasten vanhempien voimavarana”, että vertaisryhmä on tukiverkko, jonka sisällä yhtäläisien kokemusten kautta verkostoituneet ihmiset jakavat tunteita ja kokemuksia saaden vastavuoroista tukea toisiltaan. Se sivuaa omaa opinnäytetyötäni vertaistuen kautta. Tuula Kinnunen (2006) kertoo, että ryhmää ohjaava arvo on tasa-arvoisuus, jolla tarkoitetaan ryhmän jäsenten samanarvoisuutta. Ryhmän jäsenten koetaan olevan yhtenäisten kokemusten vuoksi, kykenevämpiä ymmärtämään ja auttamaan toisiaan. Tutkimuksessa kuvataan myös vertaistukiryhmien, myös oma-apuryhmät, määritelmiä ja eri tarkoituksia. Pääasiallisesti vertaistukiryhmän kokoamisperustana on ollut teema tai ongelma. (Kinnunen 2006, 32–34.) Opinnäytetyössäni kuvaama vanhempien voimaryhmän kokoamisperusta on ollut vanhempien ongelmat oman murrosikäisen nuoren kanssa.

Tuula Kinnusen (2006) tutkimuksessa pohditaan myös sosiaalisen tuen merkitystä perheen voimavarana. Määrittely käynnistyy yksilön suhteen vertaamisesta ryhmään sosiaalisten suhteiden kautta, josta se etenee yhteisön antamaan sosiaaliseen tukeen. Sosiaalinen tuki eli ulkopuolisilta saadut voimavarat ja resurssit, jotka ilmaantuvat yhteydessä muihin. Tutkimuksessa katsotaan sosiaalisen tuen tarpeen syntyvän silloin kun sosiaalinen verkostorakenne muuttuu. Sosiaalista tukea voi tuottaa yksilön lähipiiri, mutta laajimmillaan jopa kaikki julkiset palvelut viranomaistahoineen. (Kinnunen 2006, 34–37.)

Tutkimuksessaan Tuula Kinnunen (2006) katsoo vertaistuen merkityksen vanhemmuuden tukemisessa olevan vertaisen ja ymmärtäjän löytämistä. Tällä tarkoitetaan henkilöä, jolle on mahdollista jakaa arjen kokemuksia. Tätä kautta itseensä peilaten saadaan myös mahdollisuus ymmärtää itseään ja omaa käyttäytymistään paremmin. Motiiveina Tuula Kinnusen (2006) tutkiman vertaisryhmään hakeutumisessa vanhemmilla on ollut esimerkiksi oman ajan sekä puhumisen tarve, joita osaltaan voidaan katsoa myös ennaltaehkäiseväksi mielenterveystyöksi. Tärkeimmäksi asiaksi on kuitenkin noussut vertaisuuden kokemus, jonka katsotaan toteutuvan vasta, kun vanhempi löytää toisen ihmisen, jolla on tarpeeksi samankaltainen kokemus kuin hänellä. (Kinnunen 2006, 61-66.)

Tuula Kinnunen (2006) käsittelee tutkimustuloksiaan monipuolisesti ja yksityiskohtaisesti. Hän peilaa tutkimuksen kohderyhmäänsä vertaistuen mahdollisuuksiin hienosti eri näkökulmista katsottuna. Koen hänen tutkimuksessaan olevan paljon yhtymäkohtia omaan opinnäytetyöhöni.

Hanna Ranssi-Matilainen (2012) sivuaa aiheittani väitöskirjassaan ”Yhdessä sittenkin – kokemukset erokriisistä, vertaistuesta ja muutoksesta parisuhteessa”. Tutkimuksessa kuvailaan vertais- ja oma-apuryhmätoimintaa. Tutkimuksessa lähimmin sivuaa omaa tutkimustani kohta, jossa kerrotaan, että murrosikäisen oireilu voi myös olla kriisi perheelle.

Hanna Ranssi-Matilainen (2012) kuvaa vertaistukea sosiaalisen tuen alakäsitteeksi tai sen erityismuodoksi. Vastavuoroisuus on luontainen puhuttaessa vertaisuudesta, koska sitä kohdatessaan yleensä tuntee sekä saavansa itse että antavansa tukea toiselle ihmiselle. Samankaltainen elämäntilanne on yhdistävä tekijä usein vertaistukiryhmään hakeutuvilla. Vertaistukiryhmän tarkoituksena on jäsenten välisen tunnepitoisen tai käytännöllisen tuen jakaminen sekä samankaltaisen elämäntilanteen aiheuttamien asioiden jakaminen. (Ranssi-Matilainen 2012, 221 -222.)

Hanna Ranssi- Matilaisen (2012) tutkimuksen mukaan tiedonvaihdon tuen lisäksi vertaistuellisessa toiminnassa esiintyy kokemuspohjaista vuorovaikutusta. Kun luottamuksen taso nousee ryhmässä, sen jäsenten turvallisuudentunne kohoaa ja sitä kautta he uskaltavat jakaa enemmän itsestään, jolloin ryhmän jäsenet oppivat uusia selviytymistapoja toisiltaan. Tämän havainnon tein myös itse, tutkiessani vanhempien voimaryhmää. (Ranssi-Matilainen 2012, 100 -105.)

Käsiteltävät sisällöt ryhmässä ovat tärkeä asia miettiä ennen kuin ryhmää aletaan kokoaan. Yksilön perimmäinen ajatus on vertaistukiryhmään liittyessään, että hän saavuttaa muutoksen epätydyttävään elämäntilanteeseensa. Muutosprosessi saattaa edetä tasaisesti, kriisin kautta tai sen voi saada aikaan jokin toisen ryhmänjäsenen toiminta, esimerkiksi lausahdus tai kokemuspohjainen kertomus. Muiden selviytymisen esimerkki luo luottamusta omaan pärjäämiseen ja parempaan tulevaisuuteen, myös silloin kun oma usko horjuu. (Ranssi-Matilainen 2012, 106–109.)

Tutkimuksessaan Hanna Ranssi-Matilainen (2012) tuo esille tuloksia ja kohderyhmän kokemuksia vertaistukiryhmän merkityksestä kriisistä selviämiseen. Lähtökohtia osallistumiseen on tutkittavilla ollut erilaisia, kuten parisuhteen pelastamisen toive, pakotettuna osallistuminen ja eron ehdoista keskustelemisen halu. (Ranssi-Matilainen 2012, 227 -233.)

Hanna Ranssi-Matilainen (2012) tuo esille ryhmän osallistujien erilaiset lähtökohdat ja avaa niitä haastattelulainauksen kautta. Pienryhmätoiminnasta Hanna Ranssi – Matilainen (2012) korostaa esille ryhmän sisäisen tuen tärkeyttä verrattuna teoreettisesta aineistosta saatavaan tukeen. Osallistujien kommenttien sekä tutkijan johtopäätösten mukaan sekä teoria että osallistujien saama keskusteluapu pienryhmissä on yhdistelmä, joka tukee ryhmäläisiä oman tavoitteensa saavuttamisessa. Näitä samoja johtopäätöksiä tein tutkiessani opinnäytetyötä varten kotiin vietävän kriisityön vanhempien voimaryhmää. Muita samoja johtopäätöksiä tein kuin Hanna Ranssi-Matilaisen tutkimuksessa mainitut vertaisryhmän koossapitävät asiat, joita ovat yhdenvertaisuuden tunne, solidaarisuus sekä jaetut tunteet.

Mielenkiintoista on Hanna Ranssi-Matilan (2012) esiin tuoma ryhmänohjaajan roolin merkitys. Ohjaajalla on päätehtävänä säädellä ryhmädynamiikkaa ja täten taata, että asetetut tavoitteet mahdollistuvat ryhmän sisäisessä vuorovaikutuksessa.

Valitsemisani tutkimuksissa ovat esillä vertaistuki ja sen hyödyt sekä ryhmätoiminta vertaistuen ympäristönä. Anu Toija (2006) pro gradu - tutkimuksessaan korostaa vertaistuen voimakkuutta käytännön tukena. Ryhmätoiminnan kautta vanhemmuuden tukemista tuo

esiin tutkimuksessaan Tuula Kinnunen (2006). Väitöskirjan vertaistuen vaikutuksesta tehnyt Ranssi-Matilainen (2012) tuo voimakkaasti esille vertaistuen hyötyjä tutkimuksessaan. Kaikissa tutkimuksissa tuodaan esille vertaistuki ja ryhmätoiminta yhdessä. Samoin tässäkin opinnäytetyössä on aineiston keräämisessä tapahtunut havainnoinnin osalta. Tämän kaltaisen yhdistelmän omaavia tutkimuksia on paljon, joista vain muutama esitettynä tässä työssä. Nämä työt on valikoitu osaksi opinnäytetyötä, koska niissä osoitetaan tulosten kautta vertaistuen vaikuttavuutta yhdistettynä ryhmätoimintaan ja voimaantumiseen.

## 5 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TOTEUTUSYMPÄRISTÖ

### 5.1 Kotiin vietävä kriisityö

Kotiin vietävää kriisityötä tarjotaan perheille joissa on vakava huoli perheenjäsenten turvallisuudesta ja lastensuojelulaissa määritellyt sijoituksen kriteerit ovat lähellä toteutumista. Kotiin vietävä kriisityö on perheen, sosiaalityöntekijän ja ohjaajien yhdessä tehtyyn lapsi- ja perhekohtaiseen asiakassuunnitelmaan perustuva määräaikainen lastensuojelun avohuollon tukitoimi. Kotiin vietävä kriisityö vastaa lasten ja nuorten psyykkisen hyvinvoinnin ja sosiaalisen vuorovaikutuksen ongelmiin ja korjaa puutteita, joita vanhemmilla on vanhemmuuden osa-alueilla. Tavoitteena on asiakkaan elämänhallinnan, toimintakyvyn ja hyvinvoinnin lisääntyminen. ( Arto Hovi, henkilökohtainen tiedonanto 18.12.2014 ja 3.2.2015.)

Palvelukuvauksessa määritellään tarkasti palvelun tuottamiseksi tarvittavat resurssit: palvelua tuottavat henkilöt, palvelun resursointi ja työvälineet. Kotiin vietävä kriisityö toteutetaan työpareittain yhteistyössä tarpeenmukaisen verkoston kanssa. Palvelun tilaamisesta, suunnitelmasta ja arvioinnista vastaa vastuusosiaalityöntekijä. Kotiin vietävässä kriisityössä työmenetelminä käytetään asiakkaiden osallisuutta tukevia menetelmiä, joita toteutetaan yksilö- ja perhetapaamisina, ryhmätoimintana sekä verkostotyöskentelynä. Lähtökohtana on voimavarakeskeisyys. Näillä autetaan perheen eri jäseniä työskentelemään jäsentyneesti ja osallistuvasti. (Arto Hovi, henkilökohtainen tiedonanto 18.12.2014 ja 3.2.2015.)

Kotiin vietävän kriisityön tavoitteena on tukea vanhempia saavuttamaan riittävät vanhemmuuden taidot ja lapselle riittävän hyvä vanhemmuus, jotta lapsi saa tarpeitaan vastaavan hoidon, huolenpidon ja turvallisuuden. Palvelun avulla vältetään koko perheen ja lapsen sijoituksen tarve. Tavoitteena on varmistaa, että vanhemmat joko pystyvät toimimaan van-



hempina itsenäisesti ilman tukea tai vähemmän intensiivisesti toteutettavien lapsi- ja perhekohtaisten tai peruspalveluiden tarjoaman tuen turvin. (Arto Hovi, henkilökohtainen tiedonanto 18.12.2014 ja 3.2.2015.)

Kotiin vietävä kriisityö on tarkoitettu perheille, joissa on 12—17-vuotias nuori ja nuoren kohdalla on mietitty huostaanoton mahdollisuutta, eivätkä muut avohuollon tukitoimenpiteet ole olleet riittäviä tai tarkoituksenmukaisia. Yhtenä työskentelyn muotona on tukea sijaishuollosta kotiin tai tuettuun asumiseen palaavaa nuorta. Työskentely pyrkii mahdollistamaan nuorelle ja hänen perheelleen riittävän ja tarkoituksenmukaisen tuen, jotta huostaanotto ja sijaishuoltoon sijoittaminen vältettäisiin. Työskentelyn avulla tuetaan perhettä vaikeassa elämäntilanteessa vahvistaen perheen olemassa olevia voimavaroja. (Arto Hovi, henkilökohtainen tiedonanto 18.12.2014 ja 3.2.2015.)

Perheen kanssa työskentelee työpari yhdestä viiteen kuukautta, nuoren ja perheen tarpeiden mukaan. Aluksi sovitaan työskentely-suunnitelma perheen ja työparin kesken. Tapauksia perheen kanssa eri kokoonpanoissa on kahdesta viiteen kertaan viikossa. Työskentelyn aikana on perhe- yksilö- ja verkostotapaamisia. Työskentelyä perheen kanssa tapahtuu myös iltaisin ja viikonloppuisin. Kotiin vietävän kriisityön aikana reagoidaan nopeasti perheen muuttuviin tilanteisiin. Kotiin vietävän kriisityön toteutumisen haasteena on sitouttaa perhe intensiiviseen työskentelyyn. Intensiivisyydellä tarkoitetaan suhteen laatua ja määrää. Työskentelyssä tutkitaan, hoidetaan ja ymmärretään perheen vuorovaikutussuhteita sekä yksittäisten perheenjäsenillä esiintyviä oireita ja niiden aiheuttamia sekaannuksia perheessä. Työskentelyssä menetelminä käytetään mm. verkosto- ja roolikarttoja, sukupuuta sekä erilaisia tehtäviä sekä toiminnallisia menetelmiä. Palveluohjaus on nostettu myös yhdeksi tärkeäksi työskentelyn menetelmäksi. (Arto Hovi, henkilökohtainen tiedonanto 18.12.2014 ja 3.2.2015.)

Kehitystarpeina on nostettu Kotiin vietävän kriisityön yksikköön ryhmätoiminta. Vertaistukiryhmätoiminnalle on ollut koko ajan tilausta ja syksyllä 2013 aloimme yksikössämme suunnittelemaan tällaista työmuotoa. Kolme yksikköämme ohjaajaa, minä olin yksi heistä, pääsi aloittamaan syksyllä 2013 ryhmänohjaajakoulutuksen ja ensimmäinen vanhempien voimaryhmä eli vertaistukiryhmä aloitti maaliskuussa 2014.

Opinnäytetyön tavoitteena on suunnitella ja toteuttaa vertaistoimintana vanhempienryhmä Kotiin vietävän kriisityön yksikköön, jossa tehdään lastensuojelun avohuollon perhetyötä.

Opinnäytetyön yhtenä tutkimusosiona on arvioida vertaistukiryhmän hyödyllisyyttä asiak-  
kaille.

## 5.2 Vanhempien voimaryhmä, vertaistukiryhmä murrosikäisten lasten vanhemmille

Terveiden edistämisen laatusuosituksissa (2006) todetaan olevan tärkeää vahvistaa tukea tarvitsevia perheitä ja vanhempia kasvatuksessa. Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää Kotiin vietävän kriisityön yksikköön tehtävän perhetyön tueksi nuorten vanhemmille vertaisryhmätoiminta, joka tarjoaa tukea vanhemmille sekä monipuolistaa perhetyötä. Laatusuosituksissa käytännön toimenpiteiksi on suositeltu muun muassa toiminnan organisoimista juuri vanhempainryhmien perustamista ja puitteiden luomista vanhempien vertaistuen synty-  
miseksi. Vanhemmuuden tukeminen on olennaista, sillä lasten ja nuorten hyvinvointi on ensisijaisesti riippuvainen vanhemmista ja heidän hyvinvoinnistaan.

Olen ollut mukana kehittämässä vanhempainryhmää, jonka tarkoituksena on tarjota nuorten vanhemmille oma kohtauspaikka, jossa he pääsevät vertaisten kesken jakamaan vertaistukea ennalta suunniteltujen teemojen kautta. Vanhempainryhmätoimintaa kannattelevien tekijöiden, kuten toimivan ryhmänohjauksen ja -sisältöjen puitteissa on mahdollista tukea vanhempia ja vahvistaa heidän osallisuuttaan kotiin vietävässä perhetyössä. Vanhempainryhmässä vanhemmat voivat tuoda vapaammin esille esimerkiksi kokemuksiaan sekä jakaa keskenään kasvatuksellisia vinkkejä.

Vanhempainryhmän tarkoituksena on myös tukea kotiin vietävää kriisityötä, tarjoamalla työntekijöille ryhmämuotoinen työmenetelmä, jonka avulla vanhempien kanssa voidaan yhteisesti käsitellä murrosikäisten vanhempia koskettavia aiheita. Kotiin vietävä kriisityö suunnitellaan ja toteutetaan yksilöllisesti perheen tarpeiden ja toiveiden mukaisesti. Tämä edellyttää perheeltä motivaatiota ja sitoutumista kotiin vietävän kriisityön ajaksi. Kotiin vietävä kriisityö sisältää viralliset neuvottelut, viikoittaiset tapaamiset erilaisissa kokoonpanoissa, kotikäyntejä sekä yhteydenpidon vanhempien kanssa. Yhteisissä nuoren tai koko perheen kanssa pidettävissä keskusteluissa on tarkoitus tarjota yksilöllistä tukea juuri kyseiselle perheelle heidän perheensä tilanteessaan.

Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallisessa kehittämisohjelmassa (KASTE) (2012) on määritetty, että lapsiperheiden palveluja tulisi kehittää entistä asiakaslähtöisemmiksi. Erityisenä tavoitteena on vähentää eriarvoisuutta, vahvistaa ehkäisevää lastensuojelua sekä vähentää

huostaanottojen tarvetta. Oleellista on myös vahvistaa hyvinvointia edistävää ja ongelmia ehkäisevää toimintaa sekä lisätä palvelujen kustannusvaikuttavuutta.

Toivon, että opinnäytetyö tulee vastaamaan eri tavoilla KASTE -ohjelman suosituksiin sekä kotiin vietävän kriisityönyksikön lähiesimiesten sekä ohjaajien toiveisiin. Vanhempainryhmätoiminnalla pyritään ensisijaisesti asiakaslähtöisempään työskentelyyn. Ryhmä tarjoaa vanhemmille turvallisen ympäristön, jossa he saavat ammattilaisen ohjauksessa jakaa kokemuksiaan vertaisten kanssa. Ryhmässä vanhemmat voivat käsitellä nuoruuteen ja vanhemmuuteen liittyviä ilmiöitä ja mahdollisesti saada vertaisiltaan vastauksia kasvatuksellisiin ongelmiin. Tavoitteena on saada vanhemmat aktiivisemmiksi osallistujiksi nuorten tilanteeseen ja jopa ehkäisemään nuorten sijoitusta.

Opinnäytetyöni päätavoitteena on luoda Kotiin vietävän kriisityönyksikköön uudenlainen vertaisryhmätoiminta ja tuoda esille sen merkitykset vanhemmille ja kotiin vietävän kriisityön toiminnalle.

Yhtenä osatavoitteenani oli luoda yksikköömme käyttöön menetelmäkansio, jonka avulla ohjaajat voivat jatkossa itse järjestää vanhempien vertaisryhmätoimintaa helposti ja vaivattomasti.

### 5.2.1 Tavoitteena vakiintunut käytäntö

Lähdimme ideoimaan ja kehittämään kotiin vietävän kriisityön ryhmätoimintaa siten, että toiminta olisi matalan kynnyksen toimintaa ja että se vastaa palveluntarpeeseen. Lastensuojelulaissa määritellään ensisijaisesti vanhemmalle kuuluvaksi vastuu lapsen hyvinvoinnista. Kaikkien lasten ja perheiden kanssa toimivien viranomaisten velvoitteeksi määrätään vastuu vanhemmuutta riittävin palveluin. On huolehdittava myös siitä, että toimintaa järjestettäessä tuetaan vanhempia vanhemmuudessa. Kunnan velvoitteena on ehkäisevän lastensuojelun tukemiseksi kehittää palveluja, joilla voidaan edistää ja turvata lasten hyvinvointia sekä tukea vanhemmuutta. Tarjottavat palvelut on suunniteltava ja niitä on kehitettävä niin, että tarvittaessa perheiden erityisentuen tarve voidaan havaita. (Laki lastensuojelusta 2007.)

Alun perin toimintaa Kotiin vietävän kriisityön lähiesimiesten ja ohjaajien kanssa suunniteltaessa toivoimme tavoittavamme myös perheen isiä, jotka osallistuisivat vanhempien vertaistukiryhmään. Yhtenä tavoitteena oli myös se, että molemmat vanhemmat osallistuisivat

ryhmään. Tuen tarpeessa olevien joukko kasvoi sitä mukaa, kun pohdintaan otettiin mukaan lisää näkökulmia. Tämän vuoksi ajattelimme niin, että jokainen ohjaaja voisi kertoa ryhmän toiminnasta niille perheille, joiden erityisesti kokee ryhmää tarvitsevan. Toimintaa ei näin ollen rajattu, vaan perheestä voisi molemmat vanhemmat osallistua ryhmään. Ryhmään osallistui loppujen lopuksi 4 äitiä, mutta tavoitteena on, että myös isiä saadaan seuraavaan ryhmään. Järjestettävällä vertaistukitoiminnalla haluttiin antaa äideille aikaa miettiä perheentilannetta vertaistuen kautta sekä tukea vanhemmuutta murrosikäisen nuoren kasvatuksessa.

Murrosikäisen nuoren vanhemmille, tässä tapauksessa äideille, on pyritty huomioimaan, erilaisten teemojen kautta, vertaisryhmätoimintaa mahdollisimman hyvin. Mahdollistamisen lähtökohdista toteutettu vertaisryhmä tukee vanhemmuuden kasvamista, sillä on monia hetkiä, jolloin oikeaa vastausta vanhemmuuteen ei ole etukäteen tiedossa. Vanhemmat useimmin ovat tietämättömiä miten käsitellä murrosikäistä nuorta, he eivät välttämättä muista miten nuori kehittyy henkisesti sekä fyysisesti tai esimerkiksi he kamppailevat siitä miten asetetaan rajoja nuorelle.

Tiedon jakamisen kanavat ovat myös valitettavasti vähäiset. On mahdollista julkaista lehti-juttuja, jakaa konkreettisia tietopaketteja tai keskustella vanhempien kanssa. Näiden keinojen toimiminen vaatii kuitenkin mielenkiintoa keskittyä tiedon saamiseen ja erityisesti saadun tiedon toteuttamiseen. Monesti vanhemmat eivät arjen keskellä ehdi hakea tietoa esimerkiksi murrosikäisen nuoren käyttäytymisestä internetistä tai lehdistä. Myös erilaiset tietopaketit saatetaan kokea hankalina. Vertaistukiryhmässä toimiessa voidaan vanhemmuudesta ja siihen liittyvistä asioista, kuten nuoren kehityksestä, välittää tietoa sen olematta tietoa sen perinteisimmässä muodossa.

Asetimme toiminnalle aluksi tavoitteeksi vertaistukiryhmän toteutumisen, joka toimi käytännössä sen mittarina onko toiminnalle tarvetta. Jo keväällä 2014, ensimmäisen ryhmän alkessa, tiesimme, että vertaistukiryhmätoiminnalle oli kysyntää. Pyrimme saamaan tietoa siitä, millaisessa muodossa toimintaa voitaisiin toteuttaa niin, että se palvelisi mahdollisimman hyvin ja vanhemmilla olisi siihen halukkuus osallistua. Kevään 2014 vertaistukiryhmätoiminnan toteutumisen myötä muovautui pääasialliseksi tavoitteeksi luoda vertaistukiryhmätoiminnasta vanhemmuutta tukevaa, erityisesti sitä mahdollistavaa toimintaa ja myös voimaan-

nuttavaa toimintaa. Vanhemmuuden mahdollistajana vertaistukiryhmäryhmä tarjoaa lähtökohtaisesti ajan, paikan ja osittain ohjatun toiminnan. Toiminnan onnistumiseen vaaditaan fyysisten puitteiden lisäksi vanhempia, jotka ovat toiminnassa aktiivisesti mukana.

Toiminnan pilotoinnin myötä halusimme saada toiminnasta kehitettyä konsepti, jota olisi Kotiin vietävän kriisityön ohjaajien mahdollista toteuttaa omana toimintanaan myös tulevana vuosina. Toiminnan konseptoinnin päätavoite on tehdä ryhmä mahdolliseksi mahdollisimman pienin resurssein, mutta laadukkaasti toteutettu vanhempien vertaistukiryhmä. Toiminnan vakiinnuttaminen osaksi Kotiin vietävän kriisityön palveluita tukisi myös lainsäädännön asettamia velvoitteita järjestää ehkäisevää toimintaa.

### 5.2.2 Vertaisryhmätoiminnan ideointi ja kehittäminen

Pohja ryhmätoiminnan onnistumiselle luodaan ideointi ja kehittämisvaiheessa. Ideoinnin ja kehittämisen tukena on aina hyvä käyttää saatuja kokemuksia aiemmin toteutuneista vertaistukiryhmistä. Varsinaisen ryhmätoiminnan suunnittelu aloitetaan rajaamalla kohde-ryhmä. Emme rajanneet kohderyhmää muuten kuin miettimällä perheiden tilannetta. Esimerkiksi emme pyytäneet niiden perheiden vanhempia mukaan ryhmään, joissa oli alkoholin käytön kanssa ongelmia. Koimme, että heidän pitää ensin hoitaa kyseinen ongelma pois ja keskittyä siihen, ennen kuin voi osallistua vanhempien voimaryhmään. Vanhempien voimaryhmässä käsiteltiin erilaisia murrosikäisen nuoren kanssa kohdattuja ongelmia, joten halusimme rajata osallistujat sen mukaan, kenellä koimme ongelmat johtuvan näistä asioista.

Kohderyhmää rajatessa on siis hyvä miettiä millaiseen ryhmätoimintaan vanhemmille halutaan tarjota mahdollisuus. Halutaanko tarjota heille paikkaa missä käsitellä omia ongelmiaan vai onko lähtökohtana nuoren tukeminen vertaistukiryhmän kautta. Ennen ryhmätoiminnan alkamista on selvitettävä käytössä olevat tilat. Tiloilla on yllättävän suuri merkitys käytännön onnistumiselle.

Meidän ryhmämme tapaamiset olivat kotiin vietävän kriisityön yksikössä, Sturenkadulla. Ryhmä kokoontui keittiötilassa, missä oli myös sohva ja tuoleja. Jokainen ryhmäkerta aloitettiin kahvilla ja pienellä purtavalla. Kotiin vietävän kriisityön yksikössä ei ole kunnollisia tiloja, joissa ryhmiä voisi vetää, joten päädyimme keittiötilaan, koska se on kodikkain huone

koko yksikössä. Myöhemmässä vaiheessa kun ryhmiä järjestetään, voidaan miettiä tiloja enemmän. Mahdollisuus pitää ryhmää jossain muualla kuin Kotiin vietävän kriisityön yksikössä on mahdollista, mutta paikan pitää olla kodikas. Osallistujilla on helpompaa toimia kodikkaassa ympäristössä kuin esimerkiksi tylsässä kokoushuoneessa.

Käytännönjärjestelyistä tärkein on kuitenkin toiminnan käytännöntoteuttajien määrä. On varmistettava, että jokaisella tapaamiskerralla paikalla on vähintään kaksi ohjaajaa. Kahta ohjaajaa tarvitaan, jotta kaikki vanhemmat voidaan huomioida, heidän sitä tarvitessa. Toisen ohjaajan huomioidessa jotakuta vanhemmista tai ohjatessa toimintaa, täytyy toisella ohjaajalla olla mahdollisuus toimia eteen tulevien käytännön kysymysten ratkaisijana. Kahvin keittäminen ja sen tarjoaminen vie aikaa. Kahvien tarjoamisella on tärkeä merkitys mahdollistamassa vanhempien yhteistä kahvitteluhetkeä että antamassa tilaisuuden vanhempien keskinäiselle keskustelulle. Tarjosimme vanhemmille myös pientä suolaista syötävää, koska osa heistä tuli ryhmään suoraan töistä.

Toiminnansisällön määrittelyn myötä käytännöntoteuttajia mietittäessä on hyvä kartoittaa yhteistyökumppaneiden kenttä. Yhteistyökumppaneiden pyytäminen mukaan myös kolmannelta sektorilta mahdollistaa pienemmät järjestävän tahon kustannukset ja helpottaa toiminnan järjestämisen käytännön toteutusta. Yhteistyökumppaneiden avulla voidaan tarjota mahdollisesti monipuolisempaa toimintaa, esimerkiksi voidaan pyytää tietyn asian asiantuntijaa puhumaan ryhmään. Tämä tietenkin kannattaa ottaa huomioon kun suunnitellaan vertaistukiryhmän tapaamiskertoja ja niiden aiheita. Ryhmätoiminnan sisällön suunnittelun kannalta on olennaista tunnistaa se, millä tavoin vanhemmuutta halutaan mahdollistaa. Ryhmään tulevilta vanhemmilta on hyvä kysyä, millaisista asioista he haluavat puhua ryhmäkertoilla.

Sisällöllisesti tapaamisiin ei tule luoda liian tiukkaa rytmiä. Kohtuullisen hyvin joustava aikataulus ja mahdollisimman joustava toiminta saa vanhemmat parhaiten osallistumaan. Ryhmän toimintasisällön ei tule olla myöskään liian "raskas". Vapaaehtoisuuteen ja avoimeen vertaistukiryhmätoimintaan perustuvassa ryhmässä, jossa pyritään vanhemmuuden tukemiseen, on luotava puitteet sille, mutta sitä ei tule toteuttaa liian valmiiksi.

Toiminnallisen osion lisäksi on tapaamisiin järjestettävä mahdollisuus vanhempien keskinäiselle keskustelulle. Ryhmätoiminnan ei tule olla liian ohjattua, vaikka toisaalta ryhmäkertojen

eteenpäin viemiseksi on merkityksellistä, että joku toimii sitä ohjaillen. Ryhmätoiminnan avoimuus ja vapaaehtoisuus ovat yksi tärkeimmistä elementeistä toteutetussa toiminnassa.

## 6 TUTKIMUKSEN TAVOITTEET JA ARVIOINTITIEDON HANKINTAMENETELMÄT

Tutkimuksen tarkoituksena on tuottaa mahdollisimman luotettavaa tietoa. Sen selvittelyssä tarkastellaan sitä, kuinka totuudenmukaista tietoa tutkimuksessa on pystytty tuottamaan. (Kylmä & Juvakka 2007, 127.) Luotettavuuden arvioinnissa tulee huomioida muun muassa seuraavia asioita: tutkimuksen kohde ja tarkoitus, eli mitä ollaan tutkimassa ja miksi. Syytä on myös miettiä, mitkä ovat tutkijan omat sitoumukset tutkimuksessa eli miksi tämä tutkimus on tärkeä. Aineistonkeruussa on merkitystä, millä menetelmällä se tehdään, ja jos se tehdään haastattelulla, niin millä haastattelumuodolla. Vaikutusta on myös sillä, onko haastattelijoita yksi vai useampia. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 135–138.)

Sirkka Hirsjärvi, Pirkko Remes ja Paula Sajavaara (2007) kirjoittavat, että kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen. Todellisuus on monitahoista ja kvalitatiivisen tutkimuksen tarkoituksena on pyrkiä tutkimaan kohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Kvalitatiivisella tutkimuksella pyritään löytämään ja paljastamaan mahdollisia uusia asioita, eikä niinkään todentamaan jo olemassa olevia tosiasioita. Aineiston keruussa suositetaan luonnollisia, todellisia tilanteita ja ihmisiä, joissa heidän ajatuksensa ja tuntemuksensa pääsevät esille. Menetelminä voivat olla muun muassa teema-haastattelu, osallistuva havainnointi ja ryhmähaastattelut. (Hirsjärvi ym. 2007, 158-162.) Riippuen tutkimustehtävästä tutkimusmenetelmiä voidaan käyttää rinnakkain, eri tavoin yhdistelemällä tai vaihtoehtoisesti. Tämän vuoksi voi olla, ettei kahta täysin samanlaista kvalitatiivista tutkimusta synny. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 70.)

Opinnäytetyön aihealueeseen tutustumisen ja teoriapohjaan perehtymisen olen aloittanut tammikuussa 2014. Aloitin syksyllä 2013 Oiva Akatemian kautta ryhmänohjaajakoulutuksen ja sen yhtenä tavoitteena oli järjestää työpaikalle jonkinlainen ryhmä. Keskusteltuaamme kahden muun työpaikkamme ohjaajan kanssa ryhmän toteuttamisesta sekä pohdittuaamme esimiestemme kanssa ryhmätoiveista, päädyimme vertaistukiryhmämuotoon. Tätä kautta sain idean myös opinnäytetyötä varten. Kevään 2014 aikana jatkui teoriaan perehtyminen sekä palautelomakkeen suunnittelu. Keväällä 2014 olemme järjestäneet kotiin vietävän kriisityön yksikössä vanhempien vertaistukiryhmän, joka kokoontui 6 kertaa. Olin näille kerroille

suunnitellut erilaisia palautelomakkeita, joilla testasin ryhmään osallistujia esim. antamaan palautetta ryhmän sisällöstä. Tämän palautteen pohjalta teimme joitain muutoksia syksyllä alkavaan ryhmään. Päätin kuitenkin etten ota palautelomakkeita tähän tutkimukseen mukaan, vaan haastattelen ryhmäläiset teemahaastattelun avulla.

## 6.1 Havainnointi vanhempien voimaryhmässä

Havainnot kohdistuvat ihmisten toimintaan ja käyttäytymiseen, kuten esimerkiksi siihen, miten tutkittavaa ilmiötä käytetään tai miten ihmiset toimivat ilmiöön liittyvissä vuorovaikutustilanteissa. Havainnointia voidaan tehdä sekä ihmisten kielellisestä että sanattomasta ilmaisusta. Havainnot tekee tutkija, jonka on pystyttävä erottamaan omat havaintonsa siitä, miten muut ihmiset kuvailevat tai kertovat omista havainnoistaan. Havaintoja voidaan dokumentoida monin tavoin, esimerkiksi tekemällä muistiinpanoja, valokuvaamalla, äänittämällä tai videoimalla. Minä havainnoin tekemällä muistiinpanoja ryhmäkertojen ajan. Tein itselleni havainnointilomakkeen, jossa otin huomioon esimerkiksi ryhmäläisten ilmeet ja eleet.

Tutkittavat havainnot voivat kohdistua tapahtumiin, käyttäytymiseen tai fyysisiin kohteisiin. Havainnointi voidaan jakaa osallistuvaan ja ei-osallistuvaan, suoraan havainnointiin. Ensin mainitussa tutkijalla on aktiivinen rooli havainnoitavassa toiminnassa, kuten useimmiten toimintatutkimuksessa, jälkimmäisessä tutkija taas pitäytyy havainnoijana. Käytettävässä havainnointitekniikassa on myös variaatiota: se voi olla systemaattista ja standardoitua (erittäin pitkälle strukturoitua ja jäsenneiltyä, yksityiskohtaista) tai ei-systemaattista (strukturoimaton, joustavaa ja väljää). Strukturoitu havainnointi edellyttää, että tutkija jäsentelee ongelmansa ennen varsinaista havainnointia ja laatii sitä varten tutkimusongelmasta riippuvia luokitteluja. Tutkittavasta alueesta täytyisi olla jo ennestään sellaista tietoa, että voidaan päätää mitä ja milloin havainnoidaan. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75.)

Tutkimuksessani pyrin havainnoinnin kautta tuomaan esille ryhmässä syntyvää vanhempien välistä vertaistukea. Käytännössä toteutin havainnoinnin niin, että olin mukana vanhempien vertaistukiryhmässä taustalla. En osallistunut ohjaajana ryhmän kulkuun vaan havainnoin taustalla ryhmää. Tallensin havainnoinnin paperille kirjoittamalla ja kuvailemalla esimerkiksi ryhmäläisten ilmeitä ja eleitä. Kirjoitin myös ylös erilaisia ryhmäläisten ilmaisuja asioihin. Havainnoin avulla tulkitsin vanhempien vertaistukiryhmässä tapahtuvaa vuorovaikutusta sekä pyrin ymmärtämään sitä sisältäpäin. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 82.)



Tutkimuksessani havainnoijan rooli edellytti jatkuvaa ja intensiivistä tarkkailua vanhempien vertaistukiryhmässä, tilanteiden seuraamista ja keskusteluiden kuuntelua. Havainnoijana kirjoitin muistiinpanoja siitä, mitä näin, kuulin ja koin. Havainnointi vaatii tutkijalta tarkkavaisuutta ja uteliaisuuttakin. Havainnoinnin toteutin ei-osallistuvana havainnointina, mikä tarkoittaa sitä, että havainnoija on mukana ryhmässä, mutta ei osallistu itse ryhmässä toimintaan mukaan. (Anttila 2005, 189.)

Hanna Vilkan (2006) mukaan havainnoin tulee tapahtua ennalta valitusta teoreettisesta näkökulmasta, joka tutkimuksessani on vertaistuen esiintyminen vanhempien välillä vanhempien vertaistukiryhmän aikana. Tämän tueksi olen ottanut ennalta määritellyt vertaistuen ilmenemismuodot, joita havainnoin ryhmätilanteissa. (Vilka 2006, 34.) Pirkko Anttila (2005) toteaa, että strukturoitu havainnointi vaatii, että tutkija on jäsentänyt tutkimuskysymyksensä hyvin ja hänellä täytyy olla vahva tietämys tutkittavasta aiheesta. (Anttila 2005, 191 - 192.)

## 6.2 Teemahaastattelu vanhempien voimaryhmäläisille

Teemahaastattelua käytetään, kun halutaan selvittää vähän tiedettyjä asioita. Haastattelu sopii tutkimusmenetelmäksi, kun ei tiedetä, millaisia vastauksia tullaan saamaan, ja kun vastaukset perustuvat yksilön omaan kokemukseen. Teemahaastattelussa haastattelu kohdennetaan tiettyihin aihepiireihin, ja ominaista sille on se, että haastateltavilla on kokemuksia samankaltaisista tilanteista. Teemahaastattelu soveltuu hyvin kokemuksen tutkimiseen ja kuvailemiseen. Teemahaastattelumenetelmällä tehty tutkimus voi parhaimmillaan tuottaa yksilön kokemuksen kautta uutta teoriaa käytännön työn kehittämisen tueksi. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 47 -48, 66; Eskola & Suoranta 2000, 86-87.)

Toteutin haastattelun teemahaastatteluna, jossa aihepiirit valikoituivat seuraaviksi: ryhmädynamiikan esiintyminen ryhmässä, ryhmäläisten kokemus voimaantumisesta sekä vertaistuen kokemus. Myös ryhmän kehittämisideoita kysyttiin haastattelussa. Näiden kysymysteemojen kautta hain vastausta myös päätutkimuskysymykseeni. Teemahaastattelu on erinomainen menetelmä, kun halusin kerätä kokempohjaista tietoa ryhmään liittyen.

Teemahaastattelun ajatuksena on, että kaikkia yksilön kokemuksia ja ajatusrakenteita on mahdollista tutkia teemahaastattelumenetelmällä. Kyseisen menetelmän etuna on sen tutkittavien elämismailmaa ja henkilökohtaisia asioita korostava vaikutus. Lähtökohtana teemahaastattelun valitsemiselle tutkimuksen menetelmäksi on oletus siitä, että haastateltavat ovat kokeneet jotain tiettyä. Teemahaastattelun avulla tutkijalla on mahdollisuus syventää ymmärrystään tutkittavasta ilmiöstä. Teemahaastattelussa tutkija on ennalta rajannut osan haastattelun sisältöä tiettyihin aiheisiin, minkä avulla sen eteneminen on ohjailtavissa, muttei kuitenkaan kokonaan kontrolloitu. Teemahaastattelu etenee aiemmin määriteltyjen teemojen ja apukysymysten varassa. Ihmisten tulkinnat, heidän asioilleen antamat merkitykset sekä niiden esiintyminen vuorovaikutuksessa ovat merkittäviä teemahaastattelun aineistonkeräämisprosessissa. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 47 -48, 66; Eskola & Suoranta 2000, 86-87.)

Teemahaastattelun onnistumisen kannalta on myös merkittävää tutkijan oma tietämys haastattelun teemoista. Kirjallisuudesta nouseva teoretieto yhdistettynä tutkijan ymmärrykseen kokoavat yhdessä teemarungon rakennusaineet. Menetelmässä tutkittava asia puretaan teemojen avulla pienempiin osiin, joiden sisältöä tutkija analysoi sitten eri näkökulmia hyödyntämällä. (Puusa 2011, 83.)

### 6.3 Ohjaajien haastattelu vanhempien vertaistukiryhmätoiminnasta

Haastattelin Kotiin vietävän kriisityön vanhempien vertaistukiryhmän ohjaajat syksyn 2014 ryhmän päätyttyä. Ohjaajia oli kaksi. Tarkoituksena olisi, että myöhemmässä vaiheessa ryhmiä olisi enemmän ja tietysti ohjaajien määrä myös kasvaisi. Haastattelin ohjaajat yhdessä, koska koin sen sopivaksi aineistonkeruumenetelmäksi. Tavoittelin tällä työntekijöiden ymmärtämistä ja oivaltamista, joita voi syntyä helpommin yhteisen keskustelun kautta. Kun haastattelin heidät kahdestaan toivon keskustelun yllyttävän heitä vuoropuheluun ja näin asiat tulevat monipuolisemmin esille. Tätä ei välttämättä tapahtuisi jos haastattelin heidät yksitellen. (Eskola & Suoranta 2000, 94 - 96.)

Haastattelulla toivoin ohjaajien keskustelemalla käsittelevän heille annettuja aiheita muistellen ja herättäen mielikuvia. Tarkoituksena oli myös selvittää ohjaajien näkemyksiä ja kokemuksia vanhempien vertaistukiryhmän mahdollisista hyödyistä ja kehittämistarpeista sekä siitä miten vanhempien vertaistukiryhmä on kokonaisuudessaan tukenut kotiin vietävän kriisityön kotona tehtyä perhetyötä.

## 6.4 Sisällönanalyysi

Tutkimusmenetelmänä sisällönanalyysia käytetään paljon, mutta kirjallisuutta siitä ei ole juuri tuotettu. Sisällönanalyysia voidaan käyttää menetelmänä sekä laadullisessa että määrällisessä tutkimuksessa. Sosiaalitieteissä sisällönanalyysi on suhteellisen uusi tutkimusmenetelmä, aiemmin sitä on käytetty enemmän esimerkiksi kvantitatiivisessa journalistisessa tutkimuksessa. Jouni Tuomen ja Anneli Sarajärven (2002) mukaan laadullisten aineistojen tutkimuksessa sisällönanalyysi on laajalti käytetty menetelmä. Sisällönanalyysi antaa tutkijalle mahdollisuuden joustavaan työskentelyyn, eikä ole kovin tarkkarajainen. Jouni Tuomen ja Anneli Sarajärven mukaan sisällönanalyysi on tutkimusmenetelmä, jota voidaan käyttää niin teoreettisena viitekehyksenä kuin yksittäisenä tutkimusmenetelmänäkin. Tämän johdosta se sopii lähes kaikkiin laadullisiin tutkimuksiin. (Tuomi & Sarajärvi 2002; Nikkinen 2009, 34.)

Sisällönanalyysi on menettelytapa, jonka avulla voidaan analysoida dokumentteja järjestelmällisesti ja puolueettomasti. Dokumentiksi tässä yhteydessä voidaan ymmärtää muun muassa kirjat, haastattelut ja keskustelut. Sisällönanalyysi menetelmällä pyritään saamaan tutkittavasta ilmiöstä kuvaus tiivistetyssä ja yleisessä muodossa johtopäätösten tekemistä varten. Sisällönanalyysissä aineistoa tarkastellaan yhtäläisyyksiä ja eroja etsien ja tiivistäen. Tutkimuksen aineisto kuvaa tutkittavaa ilmiötä, jossa analyysin tarkoituksena on luoda sanallinen ja selkeä kuva aiheesta. Sisällönanalyysi on tekstianalyysia, jossa tarkastellaan inhimillisiä merkityksiä. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 105, 110.) Vanhempien kuuleminen heidän kokemuksistaan tuo myös inhimillisyyden merkityksen opinnäytetyöni tutkimusosioon.

Sisällön erittelyllä tarkoitetaan dokumenttien analyysia tekstin sisällön kuvaamiseksi. Sisällönanalyysilla pyritään todentamaan dokumenttien sisältöä sanallisesti. Aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä yhdistellään käsitteitä saaden vastaus tutkimuskysymykseen. Aineiston laadullinen käsittely, jotta aineistosta tulisi luotettava ja kattava, on prosessi. Sisällönanalyysin perustuessa tulkintaan ja päättelyyn, jonka tarkoituksena on edetä empiirisestä aineistosta kohti käsitteellisempää näkemystä tutkittavasta aiheesta. Tutkijan tehtävänä on muodostaa teorialähtöisesti, jolloin aineiston luokittelu perustuu aikaisempaan viitekehykseen, esimerkiksi aikaisempaan teoria tietoon. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 107, 115- 116.)

Teorian ja aineiston suhde määrittää laadullisen tutkimuksen tekoa. Tämä suhde voidaan jakaa kolmeen tutkimustapaan: aineistolähtöinen, teoriasidonnainen ja teorialähtöinen tutkimus. Aineistolähtöisessä tutkimuksessa teoria ei ohjaa analyysia, vaan aineistosta nousee

esiin analyysiyksikköjä. Teorialähtöisen analyysin voidaan nähdä olevan analyysitavoista perinteisempi, jolloin lähtökohtana on yksi suurempi teoria ja aineistolla on tarkoitus mitata sen toteutumista. Näiden kahden mallin väliin jää teoriasidonnainen analyysi, jossa teoria koostuu laajemmasta otannasta aiempaa tutkimustietoa. Analyysi etenee aineiston ehdoilla linkittäen aineiston teoreettisiin käsitteisiin. Tällöin aineiston voi sanoa keskusteleavan teoriaosan kanssa. Tarkoitus on löytää uusia näkökulmia tutkittavaan aiheeseen, eikä luoda uutta teoriaa tai todistaa hypoteesin paikkansapitävyyttä. (Nokela 2012, 27 -28.) Opinnäytetyöni on aineistolähtöinen. Aineistona käytän ryhmähaastattelusta saatuja vastauksia, havainnointia sekä ryhmän ohjaajien haastattelua ryhmän toiminnasta.

## 7 VANHEMPIEN VOIMARYHMÄN AINEISTON ANALYYSI

### 7.1 Havainnoinnin analyysi

Tässä esittelen havainnoinnista tekemäni analyysin(Liite5). Kaikkien näiden tässä tutkimuksessa esitettyjen analyysien runkona toimi tutkimuskysymys sekä siihen liittyvät kaksi alakysymystä.

Ennen ryhmän aloitusta rajasin ne asiat, mitä tulen havainnoimaan ryhmässä. Laadullisessa tutkimusmenetelmässä tutkimuksen rajaaminen tapahtuu niin, että tutkija suuntaa havainnointiaan tiettyihin ennalta valittuihin asioihin. Näin saadaan näkyväksi eri luokkiin kuuluvien ilmiöiden esiintyvyys. Tämän jälkeen olen havainnoidun aineiston hajottanut käsitteelliseksi osiksi ja olen koonnut ne tieteellisiksi johtopäätöksiksi. Toisin sanoen olen järjestänyt tutkimusaineiston sellaiseen muotoon, jotta sen perusteella voidaan erottaa yksittäiset henkilöt, tapahtumat ja saan siirrettyä ne yleiselle käsitteelliselle ja teoreettiselle tasolle.

Muutin aluksi havainnointiaineistoni sellaiseen muotoon, josta se olisi helppo litteroida, jonka jälkeen tein sisällönanalyysin. Koska en videoinut ryhmää vaan havainnoin ryhmää vain kirjoittamalla asioita paperille, purin havainnoinnit jokaisen ryhmäkerran jälkeen, jotta muistin asiat mitä olen havainnoimalla tehnyt.

Opinnäytetyön tutkimuskohteeksi valitsin ryhmädynamiikan kehittymisen, ryhmäläisten voimaantumisen, vertaistuen esiintymisen ryhmässä ja näiden kautta niiden vaikuttavuuden perheen tilanteeseen kotona. Menetelmänä minulla oli, ei osallistuva havainnointi. Koin, etten olisi voinut havainnoida ryhmää jos olisin ohjannut samalla ryhmää, joten olin mukana

ryhmässä, mutta en osallistunut keskusteluihin. Havainnot tein muistiinpanovihkoon sekä ryhmäkertojen jälkeen keskustelin ohjaajien kanssa. Havainnoitavia asioita olivat eleet ja ilmeet, keskustelun sisältö, istumajärjestys, ryhmän tunnelma, parikeskusteluissa sekä isommassa ryhmässä tapahtuva vuorovaikutus ja vertaistuen esiintyminen keskusteluissa. (Liite?) Voimaantumista pyysin kuvailemaan enemmän ryhmähaastattelussa. Ryhmäkertojen jälkeen myös kerroin havaintojani ohjaajille ja he kommentoivat sekä täydensivät niitä.

## 7.2 Teemahaastattelun analyysi

Teemahaastattelun suoritin ryhmähaastatteluna (Liite 4). Nauhoitin haastattelun ja nauhaa oli yhteensä noin tunnin verran. Äitejä ryhmässä oli 4, mutta haastatteluun osallistui vain 3 äitiä, yhden äidin ollessa estynyt tulemaan paikalle.

Teemahaastattelussa panostin enemmän tunnepohjaisiin mielipidekysymyksiin, jotta haastateltavilla olisi vapaus tuoda esiin kokemusperäistä tietoa. Tein haastattelurunkoon myös tarkentavia kysymyksiä teemojen alle, mutta haastattelun aikana oli mahdollista myös esittää lisäkysymyksiä, kuitenkin haastateltavan vastauksia ohjailematta. Teemahaastattelun runko muodostui aiemmin kertomastani teoriapohjasta luvuissa 3.1 -3.4 sekä mietin tutkimuskysymyksiä, jotta saan mahdollisimman kattavan haastattelun aikaiseksi. Tavoitteenani oli siis luoda teemoihin perustuva haastattelurunko, mutta kuitenkin niin, että itse haastattelussa keskityttäisiin olennaiseen.

Toteutin haastattelun kotiin vietävän kriisityön tiloissa, Sturenkadulla. Jokainen äiti oli hyväntuulinen ja innostunut tullessaan paikalle. Juttelimme aluksi kuulumisia ja muita asioita, jotta suurin jännitys tilanteesta laukeaisi. Tarkoituksena oli, että haastattelutilanne on avoin ja rauhallinen. Koska olin tavannut äidit jo ryhmäkerroilla, olin heille tuttu ja tämä tuki sitä, että haastattelutilanne oli luonteva.

Haastateltavat äidit olivat selkeästi miettineet ja analysoineet ryhmää, koska olin edellisellä kerralla muistuttanut ryhmähaastattelusta ja kertonut, millaisia aiheita käsittelemme haastattelutilanteessa. Haastattelu toi esille positiivisia asioita ryhmään liittyen, mutta myös kehittämisehdotuksia, minkä tutkimuksen tekijänä koin erittäin hyväksi asiaksi. Haastattelun kesto oli keskimäärin 60 minuuttia, jona aikana ehdimme hyvin paneutua tutkimuskysymyk-

siin eli vertaistukeen, voimaantumiseen ja ryhmädynamiikkaan. Erityisen positiivisesti yllättävää oli vanhempien toive tavata toisiaan jatkossa omatoimisesti. Haastattelutilanteen lopuksi, ryhmäläiset vaihtoivat yhteistietojaan ja aikoivat tavata myös ryhmän ulkopuolella.

Teemahaastattelu aineistonkeruumuotona on yleensä tuottoisa. Aineiston runsaus ja elämänläheisyys tuottavat antoisan, mutta työlään analysointivaiheen. Analysointi on aikaa vievää, jotta tutkijalla on mahdollista pohtia ja ymmärtää aineiston sisältöä. Tämän takia analysointi tulisi aloittaa mahdollisimman pian aineiston keruun jälkeen, jotta asiat ovat vielä tuoreessa muistissa kun tutkimusta tehdään.(Hirsjärvi & Hurme 2001, 105.) Aineiston purkamisen ensimmäinen vaihe on nauhojen sisällön tuottaminen kirjalliseen muotoon. Tutkijalla on kaksi tapaa purkaa aineisto: joko sanasta sanaan tai sitten päätelmien ja muuttujien koodaaminen suoraan nauhoista. Itse puhtaaksikirjoitus sanasta sanaan on rutiininomaista, työlästä ja hidasta. Yksi mahdollisuus on hyödyntää teemapohjaista lajittelua ja purkaa haastattelut korteille teemoittain.(Hirsjärvi & Hurme 2001, 106 -108.)

Haastattelun litteroin sanatarkasti, litteroitua tekstiä tuli yhteensä 32 sivua ja hyödynsin aineistoa tutkimusta analysoidessani. Analyysimenetelmäksi valikoitui aineistolähtöinen sisällönanalyysi, koska haastatteluista kerätyn aineiston osuus oli merkittävä tutkimuksen kannalta. Kyseinen menetelmä on sopiva tämän kaltaisen aineiston käsittelyyn. Jouni Tuomi ja Anneli Sarajärvi (2009) kuvaavat aineistolähtöistä sisällönanalyysiä kolmivaiheiseksi prosessiksi, joka koostuu aineiston pelkistämisestä, ryhmittelystä sekä teoreettisten käsitteiden luomisesta. Pelkistämisessä aineistona voi toimia analysoitava informaatio, kuten esimerkiksi minun tekemä litteroitu haastattelu. Tässä prosessin vaiheessa karsin myös pois tutkimuksen kannalta epäolennaiset osat. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 109 -112.)

Pelkistämistä ohjaa tutkimustehtävä ja se tapahtuu siten, että auki kirjoitettua aineistoa pohditaan tutkimuskysymyksien avulla ja pyritään löytämään niihin liittyviä ilmauksia. Aineiston ryhmittelyssä alkuperäisilmaisut läpikäydään ja pyritään löytämään yhdistäviä tekijöitä niistä. Saman sisältöiset ilmaisut luokitellaan ja nimetään luokan sisältöä kuvaavalla nimityksellä. Luokitteluyksiköksi on mahdollista valita esimerkiksi tutkittavan ilmiön ominaisuus, piirre tai käsitys (Tuomi & Sarajärvi 2002, 111.)

Tavoitteena ryhmittelyssä on aineiston tiivistäminen. Tässä vaiheessa luokittelussa käytetään nimityksiä ala-, ylä-, pää- ja yhdistävä luokka. Viimeinen vaihe analyysia on teoreettisten käsitteiden luominen, jossa tutkimuksen kannalta olennainen tieto erotellaan ja valikoidun tiedon kautta luodaan nimityksiä. Luokitusten yhdistäminen jatkuu niin pitkään, kun

aineisto sen mahdollistaa. Aineistopohjaisessa sisällönanalyysissä analyysi perustuu tulkin-  
taan ja päättelyyn, jossa tutkittavasta ilmiöstä edetään kohti käsitteellisempää näkemystä.  
Johtopäätökset analysoin ja pyrin ymmärtämään niiden merkitystä (Tuomi & Sarajärvi 112 -  
113.)

Aineiston analysoinnin tein taulukoinnin avulla. Ensimmäisenä litteroin haastattelun sanan-  
tarkasti, jonka jälkeen kävin ne läpi ja luokittelin tutkimuskysymyksen kautta olennaiset il-  
maisut. Tämän jälkeen ilmaisuja luokittelin ilmaisuja luokkiin kunnes sain määriteltyä teo-  
reettisen käsitteen.

### 7.3 Ohjaajien haastattelun analyysi

Haastattelin vanhempien voimaryhmän ohjaajat yhdessä ja olin varannut heille avoimen  
haastattelulomakkeen, jolla sain mahdollisimman laajoja vastauksia. Haastattelulomakkeen  
kysymykset oli jaettu ryhmädynamiikkaa, voimaantumista ja vertaistukea liittyviin kysymyk-  
siin. Kysyin haastattelun lopuksi myös kehittämiseen liittyviä kysymyksiä.

Tarkoituksena oli saada onnistunut haastattelulomake, joka vastaisi tutkimuskysymyksiini ja  
mittaisi sitä mitä haluan tutkimukselta. Tarkoituksenani oli kerätä ohjaajilta kokemusperäistä  
tietoa, sellaista tietoa jota en havainnoimalla välttämättä ollut nähnyt tai selvittänyt. Toivoin  
myös, että onnistuin kysymään kysymyksiä, jotka tukisivat omaa havainnointiani sekä ryh-  
män arviointia.

Kysymykset olivat avoimia ja valmiiksi jaoteltuna teemoihin. Jokaisen teeman alla oli 1-3  
kysymystä aiheeseen liittyen. Yritin pitää haastattelulomakkeen mahdollisimman tiiviinä.  
Olin kuitenkin jo ryhmäkertojen jälkeen kirjannut ylös ohjaajien mielteitä, ajatuksia ja havain-  
toja ryhmästä, joten minulla oli jo tietoa ohjaajien ajatuksista koskien vertaistukea, ryhmä-  
dynamiikkaa ja voimaantumista.

Ohjaajien haastattelusta tein samanlaisen aineistolähtöisen sisällönanalyysin kuin tein  
haastatetuille äideille.

## 8 VANHEMPIEN VOIMARYHMÄN TUTKIMUSTULOKSET

### 8.1 Vertaistuki ja sen merkitys perheen tilanteeseen

Määrittelen vertaistukea opinnäytetyössä tarkemmin alaluvussa 3.1, jossa esitettyjen määritelmien kautta tutkittavaa vertaistuellista vanhempainryhmää tarkasteltiin. Tutkimuksen aikana nousi pääkohdiksi vertaistuen esiintymiselle kaksi kohtaa; ryhmän jäsenten avoimuus ja ryhmän luottamuksellisuus. Nämä kaksi kohtaa yhdessä toisiaan tukien mahdollistavat mielestäni tilanteen, jossa on mahdollista saada aikaiseksi vertaistuellista vuorovaikutusta. Muita vaikuttavia tekijöitä toki löytyi myös kuten osallistujien rohkeus, valmius sitoutumiseen, perhetilanteen kuormitus ja aiemmat kokemukset sekä ennakkokäsitykset.

Kuitenkin halutessa mahdollistaa vertaistuelle otollinen tilanne, on mielestäni panostettava ryhmäytymiseen, jonka kautta on mahdollista vaikuttaa mainitsemini pääkohtiin. Tämän luvun keskeisessä roolissa ovat yhteenvetoni lisäksi haastattelusitaatit eli litteroidusta haastattelusta lainattu teksti. Niiden avulla voin perustella tekemiäni johtopäätöksiä ja tuon samalla haastateltavien oman äänen kuuluviin sekä lisään näin oman tutkimukseni läpinäkyvyyttä.

Haastattelusta nousi useakin maininta liittyen esille tuotuihin pääkohtiin, joista tässä muutama:

*Mehän oltiin avoimia heti eka kerrasta. Se oli just hyvä. Heti vaan selväksi mikä on perheen tilanne. Sikshän me siellä oltiin, että saadaan puhua. Kyl must tuntuu et me uskallettiin olla omia itseemme heti ekasta kerrasta.*

*Eiks tän ryhmän tarkoitus ollut, et voi luottamuksellisesti puhua omasta kotitilanteesta. Kyl me mun mielestä oltiin kans avoimia ja luotto muihin tuli heti ekalla kerralla, ainakin mulla, toivottavasti muillakin.*

*Mä ainakin uskalsin olla oma itseni heti ekalla kerralla. Olin silleen et ihanaa, muillakin on samoja ongelmia ku mulla.*



Vertaistuesta ja sen määritelmästä oli myös osallistujilla omat mielipiteensä. Heidän ennakkokäsityksiään liittyen vanhempainryhmätoimintaan käsiteltiin ensimmäisellä kerralla ohjaajien kanssa ja sitä millä tavalla ryhmälaiset kokevat vertaistuen. Nämä kirjattiin ylös, samalla kun ryhmä teki myös omat ryhmäsääntönsä. Lähtökohtaisesti toivomuksena oli tulla kuuluksi, kuulla muita samassa tilanteessa olevia, kuulla vinkkejä muilta sekä myös omien rajojen kautta olla vastavuoroisesti tukena muille.

*Toivon, että musta oli jotain hyötyä myös muille.*

Ryhmän haastattelun ja ohjaajien palautteen kautta onkin mahdollista tulla siihen tulokseen, että toivotut odotukset täyttyivät. Mietittyäni vaikuttavia asioita, jolla toivottuun tulokseen päädyttiin, mielestäni mainitsemani avoimuus ja luottamus, olivat ne kohdat joilla toivottu tulos syntyi.

Vertaistukea esiintyi monimuotoisesti ryhmässä. Havaintojen pohjalta (liite) tarkasteltuna pystyin nimeämään kunnioituksen toisen puhuessa, kuuntelemisen, tuen osoittamisen eleillä sekä omien kokemusten jakamisen. Haastattelun kautta nousi myös samoja asioita, mutta ryhmään perustuvaa kokemusperäistä aineistoa, josta löytyi muutama hienosti ryhmässä esiintynyttä vertaistukea kuvaava ilmaisu.

*Kyl musta tuntu et mua kuunneltiin ja ymmärrettiin, se oli niinku parasta.*

*Kyl mä ainaki koin saavani vertaistukee. Kaikki aina kuunteli hiljaa ja huomasin et muut saatto vaikka nyökytellä päätään...niinku ymmärsi mun tilanteen. Ja sit jos alko itkettään niin sekään ei haitannu. Mua ei tarvi sääliä mut tuntu kivalta et jotkut ymmärtää.*

*Sen yhen kerran jälkeen mä lähin ajaan autoo ja mun piti pidättää kyyneleitä kun mulla oli vaan niin hyvä olo et olin saanu purettua mun tilanteen joillekin jotka ymmärtää. Kenenkään ei edes oikeen ois tarvinnu sanoo mitään, se oli vaan helpottavaa puhua kun tiesin et mua ymmärretään.*

Tutkimukseni mukaan haastateltavat kokivat saaneensa vertaistuesta myös sosiaalista tukea. Sosiaalisen tuen kokemuksia olivat toisten kannustaminen ja kehuminen, jutteleminen

toisten kanssa sekä toisten hyväksyntä. Toisten kannustamisella ja kehumisella tahdottiin auttaa muita jaksamaan eteenpäin ja ilmaista omaa tukeaan heille. Kehujen saamisen ja kehujen antamisen muille koettiin antavan hyvän mielen sekä saajalle että antajalle.

*Onhan se hienoo, et pystyy auttaan muita ihan vaan juttelemalla asioista.*

Jutteleminen ja kanssakäyminen toisten kanssa koettiin merkittäväksi. Ryhmäläiset kokivat, että he voivat keskustella toistensa kanssa kaikenlaisista asioista. Kuulumisten vaihtaminen koettiin tärkeäksi. Haastateltavat kokivat, että vertaistuki toteutuu toisten kanssa juttelussa ja tasavertaisessa kanssakäymisessä. Vertaistuen toteutumiseen ei haastateltavien kokemuksen mukaan olisi välttämättä tarvittu järjestettyjä ryhmiä tai tapahtumia, vaan vertaistukea koettiin saavan epävirallisessa ja vapaassa juttelussa hyvin paljon. Haastateltavat äidit kokivat, että jo pelkkä muiden läsnäolo ja juttelu oli voimaannuttavaa ja vertaistuellista. Juttelun avulla oli helppo kertoa omasta elämäntilanteestaan ja oireilevan nuoren asioista muille.

Hyväksyntä koettiin itsensä ja muiden hyväksymisenä sellaisenaan, omana itsenä olemisena ja kaikkien kuulumisena joukkoon. Äidit kokivat olevansa tervetulleita ryhmään joka kerta ja ilmapiiri koettiin lämpimäksi ja hyväksyväksi. Äitien kokemuksen mukaan kukaan ei tuominut toisia ryhmässä, vaan siellä jokainen sai olla oma itsensä. Tärkeäksi koettiin se, että hyväksyy itsensä ja toiset. Ryhmän ilmapiiriä kuvattiin vapautuneeksi.

*Tääl ei oo tarttnu mitään roolia vetää. Et saa olla se mikä on. Saa olla huonolla tuulella. ”Mul on ollu ihan hirveetä viime aikoina”. Siit ei tehty numeroa vaan kaikki yritti tukea jaksamaan.*

*Kaikki kuulu meidän ryhmään. Oltiin tasavertaisia kaikki.*

Sosiaalisen tuen kokemuksia olivat lisäksi toisten kuunteleminen ja ymmärtäminen sekä samanlaisuuden kokeminen. Toisten kuunteleminen ja ymmärtäminen koettiin merkittäväksi vertaistueksi. Toisia vertaisia kuuntelemalla voitiin saada tukea ja neuvoja myös omaan perhetilanteeseen. Toisia kuuntelemalla saatiin myös kokemus siitä, ettei tarvitse olla yksin perhetilanteen kanssa. Samanlaisuus koettiin muihin samaistumisena sekä toisen löytämisenä samanlaisuuden kautta. Äidit kokivat olevansa ”samassa veneessä” keskenään. Heidän ei tarvinnut jäädä yksin perhetilanteensa kanssa, vaan he pystyivät tukemaan toisiaan kertomalla vastaavista kokemuksista.

*Me ollaan kaikki koettu samoja tilanteita meidän nuorten kanssa. Siks ryhmässä oli niin helppoo olla.*

*Niin, ollaan niinku samassa veneessä keskenään.*

Hyvä mieli koettiin saatavan muiden kertomuksista, muiden auttamisesta ja yhdessä nauramisesta. Äitien kokemusten mukaan ryhmään tultiin hyvällä tuulella ja paikassa saatiin apua ja hyvä mieli muilta. Kokemusten mukaan muut tekivät iloiseksi jopa tietämättään, ja pienetkin asiat olivat kotiin päin. Ihmisten kerrottiin tuovan julki sellaisia asioita, jotka antavat hyvää mieltä. Muiden kehu antoivat hyvää mieltä ja muiden auttamisen kerrottiin tuntuvan hienolta. Lisäksi huumori ja yhdessä nauraminen koettiin tärkeäksi ja sen kuvailtiin auttavan myös henkisesti.

*Mä aina mietin autolla ajaessani pois ryhmästä ryhmää ja monesti hymyilin itseseni. Oli niin kiva kuulla muilta et oli tehny jonku asian oman nuoren kans oikein. Kun aina ei oo niin varma et tekeekö oikein.*

*Aika paljonhan me siellä ryhmässä naurettiinkin vaikka kenelläkään meillä ei oo mikään maailman paras tilanne kotona.*

Vertaistuen ja jaksamisen oman nuoren kanssa toimimiseen koettiin toteutuvan parhaiten heti seuraavina päivinä ryhmän jälkeen. Osa äideistä kertoi, että mietti aina miten muut äidit olivat tilanteissa tehneet ja näin uskalsi myös kokeilla uusia toimintatapoja oman nuoren kanssa.

*Mulla tuli riitaa mun nuoren kanssa ja aloin sit miettiin et miten se toinen äiti oli omassa tilanteessaan toiminut. Mä kokeilin sit samalla tavalla ja mun nuorikin ihan yllätty. Eli joo, kyl mä oon oppinut paljonkin tuossa ryhmässä.*

Sosiaaliset suhteet ja verkostot ovat meille kaikille tärkeitä ja vertaistoiminta mahdollistaa sosiaalisen kanssakäymisen muiden kanssa. Vertaistoiminta voi toteutua usein erilaisissa sosiaalisissa verkostoissa, ryhmissä sekä yhteisöissä. Sosiaalisilla verkostoilla tarkoitetaan

ihmistä ympäröiviä sosiaalisten suhteiden verkostoa, jolloin ihminen voi olla vuorovaikutuksessa toisten ihmisten ja erilaisten yhteisöjen kanssa. Ihminen voi ylläpitää sosiaalista identiteettiään ja saada psykologista tukea sekä aineellista apua ja palveluja sosiaalisten verkostojen avulla. Verkostojen avulla ihminen voi luoda uusia suhteita (Järvikoski & Härkäpää 2011, 87 - 89.)

Ihmiset luovat minäkäsitystään aina suhteessa toisiin. Ihminen tulkitsee kokemaansa ja liittää erilaisia merkityksiä tunteisiinsa, havaintoihinsa ja ajatuksiinsa vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Roolit muodostuvat käyttäytymiseen liitettyjen odotusten pohjalta. Roolit erottelevat ihmisiä toisistaan. Ihminen voi edustaa useaa erilaista roolia, kuten vanhemman roolia, ystävän roolia ja työntekijän roolia. (Kettunen ym. 2009, 14.)

Kaikki haastateltavista mainitsivat vertaistukitoiminnan olevan merkityksellistä toimintaa. Äidit perustelivat sitä sillä, että he ovat saaneet erilaisia näkökulmia omaan arkeensa. Vertaistuki koettiin hyödylliseksi, kun joutuu olemaan paljon yksin kotona lasten kanssa. Kolmesta haastatellusta äidistä kaksi olivat yksinhuoltajia ja varsinkin he kokivat vertaistuen hyödylliseksi, koska heillä ei ollut toista aikuista, jonka kanssa jakaa asioita. Äidit kokivat kokemuksen jakamisen olevan olennainen osa omaa jaksamista. Tärkeäksi asiaksi äidit mainitsivat myös sen, että tajuaa, ettei ole ainut ihminen perheongelmiensa kanssa.

## 8.2 Voimaantuminen

Yksi alatutkimuskysymyksistäni oli, että miten äidit kokivat oman voimaantumisen. Äitien kokemukset voimaantumisesta tulivat esille aineistossani moninaisina ajatuksina ja mielipiteinä.

Ryhmähaastattelulla saadaan laadullista tietoa, ja sillä pyritään löytämään totuuksia ja ymmärtämään kohdetta, eikä silloin pyritä tilastolliseen yleistämiseen. (Hirsjärvi ym. 2001, 152.) Ryhmähaastattelun aineistosta poimin asioita, jotka kertoivat äitien kokemuksista liittyen ryhmään, sen toimintaan ja voimaantumiseen. Etsin valitsemieni ryhmähaastattelun teemojen avulla äitien voimaantumisen kokemuksia. Aineistosta pystyin etsimään ne asiat, jotka kertoivat ryhmän toiminnan vahvuuksista ja heikkouksista.

Kaikki haastateltavat vastasivat saaneensa ryhmästä tukea ja voimavaroja arkeen. Äidit totesivat ryhmän toimineen keinona irrottautua arjesta ja ryhmän avulla äidit ovat saaneet

mahdollisuuden tukeen ja tätä kautta tunteen voimaantumisesta. Äidit perustelivat asiaa siten, että he saavat voimaa kun saavat kuunnella muita äitejä ja saavat purkaa omia ajatuksiaan. Toisilta äideiltä saadut neuvot koettiin tukevinä asioina, jotka kannattelivat myös ryhmän jälkeen. Äidit kertoivat tulleen ryhmästä joka kerta hyvälle mielelle.

*Joo, kyllä siitä on saanu voimaa jaksaa ja suurin siitä on varmasti se irrottautuminen siitä arjesta, että pääsee pois ja saa puhua ja purkaa tuntemuksiaan. Kun saa sen kolme tuntia olla vaan ja jutella. Omaa aikaa niinku. Jaksaa sit taas eteenpäin.*

*Joo juuri sillä tavalla, et kun on kuullu muiden asioista ja sit miettinyt kotona niitä mielipiteitä muilta. Oon saanu sellasta voimaa et teen asioita oikeinkin. Ne ns. kotitehtävätkin on auttanut asiaa. Mä en yleensä jaksaa lukee mitään lappuja mut nyt mä luin. Ne oli tosi hyviä.*

Kaikki äidit kertoivat saaneensa jaetun materiaalin ja joidenkin tehtävien kautta ratkaisumalleja, vinkkejä sekä erilaisia toimintatapoja omaan arkeensa.

*Oon niitä lappuja lukenu ja kyllähän niissä asiaa on. Ja oon kyl yrittänyt miettiä et mitä vois tehdä toisin. Ja oon mä jotain tehnyt toisin ku ennen.*

Osa äideistä koki jollain tasolla ryhmästä olleen hyötyä muullekin perheelle. Äidit perustelivat vastaustaan siten, että he ovat itse jaksaneet olla positiivisempia kotona ja itsellä on ollut parempi olo. He jaksavat paremmin, eivätkä hermostu niin helposti oman nuorensa kanssa.

Äidit mainitsivat ”mistä nuori voi päättää itse” tehtävän auttaneen arjessa, koska he olivat päässeet juttelemaan oman nuoren kanssa asioista ja he olivat kyenneet näyttämään nuorelle konkreettista tietoa siitä, mistä asioista nuori voi itse päättää. Esimerkiksi tämä tehtävä oli koettu jollain tavoin voimaannuttavaksi ja tueksi perheen arjessa.

Kaikki äidit kokivat ryhmässä käsiteltyjen aiheiden, rakenteen ja jaetun materiaalin olleen hyviä. He kokivat aiheiden olleen oleellisimpia heidän tähän hetkiseen elämäntilanteeseensa nähden. Kun kotona vielä palasi jaetun materiaalin avulla käsiteltyihin aiheisiin, koettiin sekin voimaannuttavana. Äidit mainitsivat, että kun oli ”mustaa valkoisella” niin asiat jotenkin konkretisoituivat paremmin. Ryhmän rakenteen he mainitsivat olleen selkeä ja kiinnostava.

*Tää on ollu hyvä kokonaisuus. Kaikilla meillä on suunnilleen samat ongelmat meidän nuorten kans niin se arjessa jaksaminen on tärkeintä. Nää matskut on ollu hyviä ja niinku mä sanoin niin niistä on saanu silleen voimaa kun on voinu vähän niinku tarkistaa juttuja.*

Kaikkien äitien mielestä parasta ja merkityksellisintä toiminnassa oli se, että on saanut puhua asioista ja nähdä muita äitejä. Asioiden jakaminen vertaistensa kanssa nousi ryhmän tärkeimmäksi tukipilariksi. Äitien vastauksista pystyy toteamaan, että vertaistuellisen ryhmän tärkeimmät kriteerit täyttyvät eli äidit saavat puhua asioistaan ja sitä kautta saavat tukea ja voimaa jaksaa eteenpäin. Puhuminen ja toisten äitien näkeminen on syy ollut tulla ryhmään ja sitä kautta saada voimaantumisen tunteen. Puhuminen ja kotoa pois pääseminen olivat myös asioita, miksi jokainen äiti oli valmis suosittelemaan vastaavanlaista ryhmää muillekin äideille.

*Se, että tapaa muita aikuisia on se suurin merkitys.*

*No mun mielestä varmaan just se äitien kanssa juttelu niinku yhteisistä asioista, on ollu niinku se juttu miks tänne oon tullut.*

Pyytäessäni äitejä kuvailemaan ryhmää he sanoivat: mukavaa, omaa aikaa ja positiivinen kokemus. Yksi äideistä kommentoi ryhmän vaikuttaneen varmasti kaikkien äitien mielialaan positiivisesti ja äidit ovat paljon iloisempia, vapautuneempia ja voimaantuneimpia. Äidit kokivat ryhmän antaneen toivoa tulevastä ja uusia näkökulmia omaan arkeen ja sitä kautta voimaantuneempaa elämänasennetta.

### 8.3 Ryhmädynamiikan synty ryhmässä

Perehdyttyäni vanhempainryhmän ryhmädynamiikan kehittymiseen ja vertaistuen esiintymiseen havaintojen sekä haastatteluiden kautta ja koen panostuksen vanhempainryhmän alkuvaiheeseen merkittävimmäksi. Myös ohjaajat mainitsivat tästä asiasta haastattelussa. Alkuvaiheella tarkoitan aikaa ennen ryhmän alkua sekä sen ensimmäistä ja toista ryhmäker-tä. Kun ohjaajat mainostavat ryhmää, ohjaajilla on oltava selvillä, mihin teemoihin he ovat valmiita sitoutumaan, ja teemavalikoiman tulisi olla laajahko ja monipuolinen. Teemoja voi

olla mietittynä enemmän kuin on tarkoitus käydä läpi ryhmän edetessä. Ryhmän edetessä voi tulla eteen asioita mitä ryhmäläiset haluavat käsitellä vaikka niitä ei ole suunniteltu käsittelevän. Näin ohjaajilla on helpompaa ottaa asioita esille, kun erilaisista teemoista on jo valmiiksi materiaalia.

Tutkittavassa ryhmässä alkuhaastatteluissa kysyttiin teemoja, joista vanhemmat haluavat keskusteltavan ryhmätapaamisissa. Samalla ryhmään osallistujat tapasivat ohjaajat ensimmäisen kerran, joka myös loi tuttuutta jo ensimmäiselle ryhmäkerralle. Näin toimimalla ohjaajat pyrkivät myös madaltamaan kynnystä osallistua itse ryhmään, koska ohjaajat tulivat hieman tutuiksi ja lisäksi vanhemmat saivat osallisuuden kokemuksen, jonka kautta sitoutuminen ryhmään olisi astetta helpompi. Ensimmäisellä kerralla ohjaajat laittoivat vanhemmat keskustelemaan eri teemoista niin, että jokainen sai keskustelukokemuksen jokaisen ryhmäläisen kanssa. Ensimmäistä kertaa kuvaili yksi haastatelluista näin:

*Kyl se eka kerta oli kauheen tärkeä. Et sillen on niinku paikalla. Siinä oli tärkeää se sääntöjen miettiminen ja et ne ohjaajat ohjas meitä ekalla kerralla. Kyllähän sillen ekalla kerralla vähän jännitti mut loppuvaiheessa ryhmäkertoja, me oltais voitu vaan keskustella ilman et ketään ois ollu edes ohjaamassa meitä.*

Näin toimimalla ohjaajat loivat tilanteen, joka tuki ryhmäytymistä, koska jokainen ryhmäläinen oli vuorovaikutuksessa jokaisen kanssa. Mielestäni tämä aiheutti alkujännityksen vähenemistä ja tuki ryhmän avautumista sekä luottamuksen syntymistä. Tärkeää oli myös vanhempien saama hyvä kokemus ryhmästä ja siitä seurannut seuraavan kerran odotus, joka tuli myös esille haastattelussa. Eräs haastatelluista kuvasi tuntemuksiaan seuraavasti:

*Mä muistan kun mä lähdin ekan tapaamisen jälkeen kotiin ja istuin bussissa ja mietin et tulis jo se seuraava kerta. Oli niin mukavaa löytää ihmisiä, jotka oli samassa tilanteessa ku mä. Ja ohjaajat oli ja on vieläkin mukavia ja jotenkin hmm...turvallisista. Koko ryhmä on alusta asti tuntunut jotenkin turvalliselta.*

Ryhmän ensimmäisillä kerroilla oli havaittavissa jännittyneisyyttä ja varovaista uteliaisuutta toisia kohtaan. Ryhmä muotoutui kuitenkin alun jännittämisen jälkeen avoimeksi ja luottamukselliseksi. Jo ensimmäisellä kerralla ryhmässä esiintyi vapautunutta naurua ja avautumista. Ryhmäytyminen alkoi heti aloituskerrasta.

Yksi ryhmäläisistä tuli mukaan vasta kolmannella kerralla ja tein heti havainnon, että muut ryhmäläiset olivat jo tuttuja toisilleen, joten hänelle oli selvästi hankalaa ryhmäytyä ryhmään.

Muut vanhemmat olivat jo tietoisia toistensa perhetilanteista, joten heillä oli helpompi keskustella keskenään kun tiesivät jo toistensa historiaa. Kun uusi ryhmäläinen tuli ensimmäisen kerran ryhmään, aiheutti hän väliaikaisen taantumisen ryhmässä, mutta ryhmä pääsi kuitenkin hienosti eteenpäin tilanteesta. Uusi ryhmäläinen ei kuitenkaan päässyt sisään ryhmään niin kuin muut, joten hän kävi vielä kerran ryhmässä, mutta seuraavilla kerroilla hän ei enää tullut mukaan ryhmään. Tästä on mielestäni mahdollista päätellä, että ideaalisin tilanne on saada pysyvä ryhmä heti aloituskerroista, jotta kaikilla jäsenillä olisi tasa-arvoinen lähtötilanne ryhmään. Lisäksi tällöin mahdollistuu yhtäaikainen ryhmäytymisprosessin käynnistyminen.

#### 8.4 Ohjaajien haastattelun tuloksia ryhmästä

Molemmat ryhmässä mukana olleista ohjaajista vastasivat, että äidit saivat tukea arkeensa vertaistuen kautta ja tärkeintä oli se, että he voivat vaihtaa ajatuksia keskenään. Marianne Nylund (1996) määrittelee vertaistukea kirjassa ”Välittävät verkostot” niin, että vertaistukiryhmän muodostavat henkilöt, joilla on jokin yhteinen ongelma tai he ovat samanlaisessa elämäntilanteessa. Ryhmän henkilöillä on halu jakaa kokemuksiaan muiden kanssa, ja tätä kautta pyrkiä yhdessä ratkaisemaan tai lieventämään henkilökohtaista ongelmaansa tai elämäntilannettaan. (Nylund 1996, 193.)

Ohjaajat viittasivat juuri vertaistuen kautta tuen tulevan äitien arkeen, ja ajatusten vaihto toimi vertaistukiryhmän kantavana voimana. Marianne Nylundin määritelmä vertaistuesta selittää tarkemmin myös sen mistä tuki muodostuu. (Nylund 1996, 193 -194.)

*Kyllähän siellä ryhmässä oli havaittavissa se, että äidit oli saaneet myös vinkkejä toisiltaan, miten muut on tehnyt tietyissä tilanteissa...vähän niinku sillä tavalla saanut sitä vertaistukea.*

Ohjaajat kokivat, että oli vaikea arvioida äitien kokemaa hyötyä ryhmästä, mutta molemmat ohjaajista uskoivat ja toivoivat ryhmästä olleen hyötyä äideille. Ohjaajien mielestä tärkeintä ryhmässä oli äideille se, että he saivat puhua asioistaan ja kuulla toisten äitien kokemuksia ja sitä kautta he saivat erilaisia uusia näkökulmia arkeensa. Asioista keskustelu toisten äitien kanssa ja sitä kautta avun saaminen omiin nuoren kanssa toimimisen ongelmiin kumpuaa juuri vertaistuesta.



Asioiden jakaminen yhdessä auttaa äitejä käsittelemään asioita ja purkamaan ajatuksia sanoiksi. Asioiden jakaminen ja ratkaisujen keksiminen ongelmiin auttaa taas äitejä voimaantumaa. Ohjaajat vastasivat ryhmästä olleen hyötyä myös muulle perheelle ainakin parin äidin kohdalla. Heidän mielestään ne äidit jotka, keskustelivat ryhmässä käsitellyistä aiheista miehensä tai nuorensa kanssa oli suurin syy siihen, että ryhmästä on ollut hyötyä myös muullekin perheelle.

*Tärkeintä on varmasti ollut se, että äidit ovat saaneet jakaa sen hetkisen elämäntilanteen ihmisten kanssa, jotka ovat samassa tilanteessa. Se on varmasti vertaistukea parhaimmillaan.*

Molemmat ohjaajat olivat yhtä mieltä siitä, että aiheet, materiaali ja niiden yhdessä läpikäyminen antoivat äideille ”työkaluja” arjessa jaksamiseen, mutta heidän mielestään sitä oli vaikea arvioida kuinka pitkäksi aikaa. Äidit saivat ryhmässä puhuttujen aiheiden kautta uusia näkökulmia omaan arkeensa, mikä antoi erilaisia tapoja toimia murrosikäisen oman nuoren kanssa ja edesauttaa tätä kautta omaa jaksamistaan. Aihevalintojen ja materiaalin avulla pystyttiin antamaan äideille mahdollisuus poimia omaan arkeensa jaksamista edistäviä asioita. Äidithän olivat myös itse päässeet vaikuttamaan aihevalintoihin ennakkohaastattelussa, joten ne olivat omiaan kannustamaan äitejä itse löytämään ratkaisuja omiin arjen ongelmiinsa.

*Materiaali mietittiin niin, että siihen voi palata kotona ja ehkä muistella mitä muut olivat asioista ajatelleet. Yksi äideistä kertoi, että oli luetuttanut materiaalia myös miehellään sekä murrosikäisellä nuorellaan. Kyllähän äidit kuulivat koko ryhmän ajan miten muut tekevät hankalissa tilanteissa ja sitäkin kautta varmasti oppivat uusia tapoja toimia hankalissa tilanteissa.*

Molemmat ohjaajista kokivat, että vertaistukitoiminta ei voi ennaltaehkäistä perheen ongelmia pitkällä tähtäimellä, koska ryhmätoiminta ei heidän mielestään voi olla pitkäkestoista ja tukea täytyisi olla myös muille perheenjäsenille, eikä pelkästään vain äideille. Tämä onkin tarkoitus ottaa huomioon kun seuraavan kerran yksikössä järjestetään vertaisryhmätoimintaa.

Voidaanko vertaistukitoiminnalla tähdätäköön pitkän tähtäimen apuun ja voiko vertaistuki tarjotakaan lopullisia ratkaisuja ongelmiin? Eikö vertaistuen tarkoitus loppujen lopulta olekin tarjota vain voimavaroja arkeen, eikä lopullisia ratkaisuja ongelmiin? Vertaistukitoiminta voi kuitenkin ohjaajien mielestä toimia hetkellisenä avun ja tuen antajana. Ohjaajat miettivät

myös, että tällainen ryhmätoiminta voisi olla hyvä siinä vaiheessa, kun työskentely perheessä on loppumassa.

Voidaankin siis ajatella, että vertaisryhmätoiminta olisi sysäys muutoksen jatkumiseen ja tarjoaisi ryhmässä käyville vanhemmille tuen jatkaa hyvää suuntaa kun työskentely on loppumassa perheessä. Vertaistukitoiminta antaa myös vanhemmille avaimet toimia yhdessä samaan päämäärään eli voimaantumiseen, joka sitä kautta auttaa perheen tilannetta. Vertaistuki on myös toimintamuotona hyvä keino tulla väliin eli vanhemmat saavat vertaistukea oman nuoren kanssa toimiseen eikä esimerkiksi huostaanottoa tarvita.

Ohjaajat kertoivat ryhmän rakenteen olleen hyvä ja kaikkien sen osa-alueiden, kuten ryhmän aloitustuokion eli kuvien avulla tuntemusten kertominen, aiheeseen johdatuksen eli teoriaan perustuvan informaation, ohjatun ja sekä vapaan keskustelun.

Kuvien avulla tuntemusten kertominen menneestä viikosta tai viikoista oli rutiininomainen asia ryhmässä joka kerta, joka toi ryhmäläisille pysyvyyden tunnetta. Kuvien avulla äidit pääsivät myös kertomaan viikon tai kahden tauon jälkeen ajatuksistaan, joka auttoi äitejä luomaan keskustelua, sekä purkamaan tunteitaan. Joka kerta heille kerrottiin aiheeseen liittyvä teoreettinen perusta, jonka oli tarkoitus auttaa äitejä pääsemään kiinni päivän aiheeseen ja herätelläkin äitejä oivaltamaan asioita aiheesta.

Ohjatun keskustelun tarkoitus oli taata, että jokainen äiti sai kertoa vuorollaan tehtävästä, jota oli suorittanut viikon tai viikkojen aikana ja kertoa tuntemuksiaan tähän liittyen. Ohjatun keskustelun tavoite oli taata, että jokaisella oli mahdollisuus puhua ja kertoa ajatuksistaan, sekä jokaisella oli velvollisuus kuunnella myös toisia äitejä. Ohjatussa keskustelussa ohjaaja pystyy myös esittämään lisäkysymyksiä ja kommentoimaan tarvittaessa äidin puhetta. Vapaan keskustelun tarkoituksena oli taas saada äidit keskustelemaan ensin sovitusta aiheesta yhdessä.

Ohjaajien mielestä rakenne oli toimiva ja he viittasivat äitienkin sanoneen, että he pitivät ryhmän rungosta. Ryhmässä käytettiin siis menetelmällisyyttä, toiminnallisuutta, informaatiota ja keskustelua.

*Kun ryhmän aluksi aina sai kertoa omat fiilikset kortin avulla niin se oli semmoinen hyvä aloitus aina sille kerralle. Ihan viimeisillä kerroilla emme ohjanneet keskustelua oikeastaan ollenkaan vaan äidit keskustelivat paljon keskenään. Mikä siis oli hyvä juttu. Sehän kertoo siitä, että ryhmä toimii.*

*Valitsimme aiheet, jotta ne tukisivat mahdollisimman hyvin perheiden tilanteita sekä sitä, miten voi toimia oireilevan murrosikäisen nuoren kanssa.*

*Vanhemmat olivat tyytyväisiä ryhmien aihekäsitteilyihin.*

Ohjaajat kokivat ryhmässä jaetun materiaalin olevan hyvää. Ohjaajat havaitsivat sen jopa herätelleen äitejä. Materiaalin koettiin olevan ohjaavaa ja se tarjosi äideille uusia vaihtoehtoja toimia arjessa. Materiaali oli kerätty Mannerheimin lastensuojeluliiton sivuilta.

*Kyllähän äidit kertoivat suoraan sen, että he olivat miettineet omia toimintatapojaan ja osanneet myös tarvittaessa muuttaa niitä. Se tuli monta kertaa esille ryhmien aikana.*

Tiedustelin ohjaajilta myös ryhmän ohjaamisesta ja siitä, mitä pitäisi ottaa huomioon seuraavilla kerroilla ohjaamisessa. Molemmat ohjaajat olivat sitä mieltä, että ryhmäkertoja voi nostaa kuudesta kerrasta kahdeksaan kertaan, koska silloin voidaan keskustella asioista jotka oli nyt pitänyt jättää pois. Kysyin ohjaajilta heidän mielipidettään siitä, että kannattaako vastaavanlaisia ryhmiä pitää jatkossakin ja molempien vastaus kysymykseen oli, että vastaavanlaisia ryhmiä kannattaa pitää ehdottomasti jatkossakin. Ohjaajat olivat myös miettineet, että tällainen ryhmätoiminta voisi olla jatkoa loppuvalle asiakkuudelle, mutta toiminta vaatii vielä kehittämistä ja suunnittelemista, jotta se olisi hyvä työmuoto kotiin vietävän kriisityön yksikössä.

*Ehdottomasti kannattaa järjestää vertaistukiryhmiä. Tämä tukee hyvin myös tekemäämme kotiin vietävää kriisityötä.*

*Tämä kannattaa järjestää syksyisin ja keväisin. Voisi lisäksi olla vielä kaksi ryhmää yhtä aikaa. Meiltähän löytyy työpaikalta asian osaavia ihmisiä, jotka voisivat ohjata toista ryhmää. Materiaalikin on nyt valmiina.*

*Ryhmien mainostamiseen pitäisi käyttää enemmän aikaa.*

Tiedustelin haastattelun lopuksi sitä, miten he kuvailisivat ryhmää. Ohjaajat viittasivat äitien vastauksiin siitä, että äidit kokivat ryhmän olleen hyvä ja positiivinen. Ohjaajat mainitsivat äitien pitäneen ryhmästä, koska he jäivät kaipaamaan ryhmää ja toivoivat lisää kertoja.

*Eikös ryhmä ole silloin onnistunut jos äidit jäivät kaipaamaan sitä?*

## 9 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Arja Kuulan (2014) mukaan välittömän ja aidon suhteen muodostaminen tutkittaviin mahdollistaa varmemmin sen, että aineisto on vääristelemätöntä. Tällaisen suhteen muodostaminen vaatii luottamusta tutkijan ja tutkittavien välillä. (Kuula 2014, 198.) Hannu Heikkisen ym. (2006) mukaan luottamuksen muodostuminen edellyttää viiden dialogisuuden periaatteen omaksumista. Ne ovat osallistuminen, sitoutuminen, vastavuoroisuus, vilpittömyys ja reflektiivisyys. (Heikkinen ym. 2006, 102.)

Luottamuksen syntyminen vie aikaa. Ryhmän ensimmäisessä kokoontumisessa tunnelma oli tunnustelevalta ja varovaiselta. Vielä ei uskallettu puhua niistä kaikista arimmista asioista, mutta jo seuraavalla kerralla keskustelunaiheet menivät pintaa syvemmälle.

Arvioinnin toteuttaminen vaatii paljon eettistä pohdintaa. Arvioinnin tekijä on prosessin valvankäyttäjä, joten sen vuoksi arvioinnissa tehtyjen valintojen tulee olla perusteltuja. Arvioinnin tekijän tulee esitellä havaintonsa avoimesti, sekä tuoda esille aineistosta nousseet hyvät ja kehittämistä vaativat asiat oikeassa suhteessa niiden esiintymiseen aineistossa. Arvioinnin tekijä on tilintekovastuullinen arvioinnistaan, joten hänen pitää pystyä osoittamaan, että arviointi on tehty tarkoituksenmukaisesti ja luotettavasti. (Virtanen 2007, 16.)

Muutkin asiat kuin arvioinnin läpinäkyvyys ja arvioijan toiminta vaativat eettistä pohdintaa ennen arviointiprosessin aloittamista ja arviointiprosessin aikana. Muun muassa arviointikohteen valinnassa, arviointikysymysten muodostamisessa, arviointimetodologian valinnassa, aineistojen keräämisessä ja analysoinnissa sekä aineistojen tulkinnassa, johtopäätösten ja kehittämis ehdotusten muodostamisessa tulee käyttää eettistä pohdintaa. (Virtanen 2007, 25.)

Olen opinnäytetyössäni pyrkinyt kuvaamaan vanhempien voimaryhmän kehitystä ja saatuja tuloksia mahdollisimman monipuolisesti. Reflektiivisyys puolestaan on sitä, että tutkimus perustuu tutkijan ymmärrykseen ja vähittäin kehittyvään tulkintaan. Tutkijan on tärkeää reflektoida omaa rooliaan tutkimuksessa ja oman identiteetin rakentumista tutkimuksen rinnalla. (Heikkinen & Rovio & Syrjälä 2006, 152.)

Opinnäytetyössäni koin haasteelliseksi juuri oman roolini vanhempien voimaryhmässä, sillä tehtävänäni oli havainnoida ryhmää puolueettomasti. En käyttänyt havainnoinnin apuna videokuvausta, joten olin pelkästään omien muistiinpanojeni varassa tutkimusta tehdessä.

Hannu Heikkisen ja Leena Syrjälän (2006) mukaan reflektiivisyys tuo tutkimukseen tietynlaista läpinäkyvyyttä, koska tutkija kuvaa aineistoaan, menetelmiään ja tutkimuksen etene- mistä. Näin lukija voi arvioida tutkijan ajatusten syntyä. (Heikkinen & Rovio & Syrjälä 2006, 148.)

Olen opinnäytetyössäni pyrkinyt kuvaamaan mahdollisimman tarkasti tutkimuksen etene- mistä, menetelmiä sekä aineistoani. Mielestäni opinnäytetyössäni näkyy selkeästi opinnäy- tetyöni käytännön vaikutukset, sillä tuloksista on nähtävissä ryhmään osallistuneiden koke- mus voimaantumisesta ja käytännön hyötynä äitien toimintatapojen muokkautuminen per- heen tilanteessa. Opinnäytetyöni vahvuus on se, että opinnäytetyöstä saatujen tulosten pe- rusteella tämän kaltaista toimintaa kannattaa ehdottomasti jatkaa ja kehittää kotiin vietävän kriisityön yksikössä.

Tutkijan täytyy arvioida, onko tutkittavia mahdollista tunnistaa tekstistä sekä aiheutuuko tut- kimuksesta heille haittaa. (Heikkinen & Rovio & Syrjälä 2006, 155.) Eettisyyteen vaikuttaa myös se, kuinka tutkija tutkittavista kirjoittaa. Erityisesti ilmaisutyyliin on kiinnitettävä huo- miota. Tutkimustekstissä on kirjoitettava vain sellaisista asioista, joista on sovittu tutkittavien kanssa. (Heikkinen & Rovio & Syrjälä 2006, 111 -113.)

Arviointitutkimuksen luotettavuuden kannalta on tärkeää, että arviointitutkimus perustuu ai- neistoihin. Arviointitoiminnan korostunut aineistolähtöisyyden vaatimus tarkoittaa sitä, että arvioinnista tehtävät johtopäätökset ja kehittämissuositukset nousevat aineistojen pohjalta. Korostuneen aineistolähtöisyyden vaatimus estää johtopäätösten manipuloimisen, koska kaikki kehittämissuositukset ovat johdettavissa johtopäätöksiin ja ne edelleen aineistoon. Lisäksi arvioinnin uskottavuutta ja luotettavuutta voidaan vahvistaa linkittämällä ja vertaa- malla tuloksia muihin tutkimuksiin ja arviointeihin (Virtanen 2007, 123 -126).

Arvioinnin tekijän tulee olla rehellinen itseään, arvioinnin kohdetta ja arvioinnin tilaajaa koh- taan. Arvioinnissa esille tulleet havainnot ja löydökset tulee tuoda esille rehellisesti ja avoi- mesti. Hyvät ja huonot puolet pitää esittää niiden oikeilla painoarvoilla, korostamatta liialli- sesti kumpiakaan. (Virtanen 2007, 125.) Etenkin laadullisessa tutkimuksessa voidaan tutki- muksen luotettavuus varmistaa kuvaamalla tarkasti tutkimuksen eri vaiheet ja toteuttami- nen. Erityisesti aineistojen hankkiminen ja tuottaminen tulisi kuvata selkeästi ja kaunistele- matta. (Hirsjärvi & Remes & Sajavaara 2007, 217.) Raportoinnissa läpinäkyväksi tehty toi- minta varmistaa myös sen, että myös ulkopuoliset voivat arvioida arvioinnin luotettavuutta

ja uskottavuutta. Johtopäätösten tulee perustua arvioinnin tuloksiin, sillä ne eivät saa olla vain arvioitsijan mielipiteitä (Atjonen 2007, 67.)

Opinnäytetyötä tehdessäni kiinnitin huomiota siihen, ettei ryhmään osallistuneita äitejä voi tunnistaa tekstistä. Aakkostin äidit jo tehdessäni havainnointia ryhmässä, sen sijaan, että olisin käyttänyt nimiä. Hyvä tieteellinen käytäntö pitää tärkeänä että tutkittavat, kuten yksilöt, ryhmät ja paikkakunnat säilyvät tuntemattomina (Heikkinen ym. 2006, 114).

Paikkakunnan nimi esiintyi opinnäytetyössäni Helsingin kaupungin kotiin vietävän kriisityön yksikön vastuu johtajan luvalla. Opinnäytetyöni tekemiseen sain luvat kirjallisesti Helsingin kaupungin sosiaalipalveluiden yksiköstä. Tutkija ei saa rikkoa vaitiololupausta ja tutkijan on aina pidettävä lupauksensa tutkittaville. Luottamus tarkoittaa sitä, että tutkija käyttää, käsittelee ja säilyttää tutkimusaineistoa ja siinä olevia tietoja, kuten on tutkimuksen alussa sopinut tutkittavien kanssa. (Heikkinen & Rovio & Syrjälä 2006, 111 -112.).

Tutkimukseni täytti eettisyyden vaatimukset, sillä ryhmään osallistuneet äidit eivät ole tunnistettavissa työstäni. Kerroin äideille myös ryhmän yhteydestä opinnäytetyöhöni ja pyysin kaikilta äideiltä kirjallisen suostumuksen ryhmäkertojen muistiinpanojen tekemiseen sekä havainnointiin. Jatkotutkimuksen aiheina minulle heräsi se, kuinka vastaavanlainen ryhmä toimisi esimerkiksi isille toteutettuna tai miten materiaalia voisi muokata niin, että vertaistointiaan voisi osallistua koko perhe tai jompikumpi vanhemmista ja lapsi tai lapset.

## 10 JOHTOPÄÄTÖKSET JA KEHITTÄMISEHDOTUKSET

Aineistostani ilmeni toistuvasti teemat, jotka käsittelivät vertaisuutta, voimaantumista ja ryhmäytymistä. Nämä teemat ovat hyvin nivottavissa yhteen opinnäytetyön keskeisten käsitteiden kanssa eli vertaistukiryhmän merkityksellisyydelle on tulosten valossa löydettävissä teoreettinen perusta. Äitien sekä ohjaajien puheista oli havaittavissa edellä mainitsemani teemat, jotka ovat muodostuneet työni tulosten punaiseksi langaksi. Ryhmä tarjoaa vanhemmille vertaistukea, joka perustuu vuorovaikutukseen avun antamisessa ja saamisessa arkielämässä. (Nylund 1996, 202).

Vertaisuus antaa edellytykset saada apua sellaisiin arjen asioihin, jotka yhdistävät kaikkia ryhmäläisiä ainakin jollakin tasolla. Avun antamisen ja saamisen vastavuoroisuus on edellytys toimivalle vertaistukiryhmälle. Ryhmäläisten ja ohjaajien puheissa nousi esille vertaisuus ryhmän kantavana ja koossa pitävänä voimana. Kaikkia ryhmäläisiä koskettavista asioista asioiden jakaminen on keskeinen osa vertaisuutta. Ryhmäläinen kokee itsensä hyväksytyksi, koska on vertaistensa joukossa ja näin hänen on helpompi keskustella asioista ja jakaa kokemuksiaan muille ryhmäläisille. Jakaminen on tärkeässä osassa myös ryhmän vetäjälle. Näin ammattilainen voi sivussa ollessaan antaa tärkeitä näkökantoja tai esittää tarvittaessa jatkokysymyksiä vanhemmille. Ryhmässä olevan ammattilaisen avulla ryhmä pysyy paremmin kasassa, koska ryhmällä on niin sanottu ”puheenjohtaja”, joka tarvittaessa jakaa puheenvuoroja. Ryhmä ei voi toimia hyvin, jos vain jotkut ryhmäläiset ovat ainoastaan äänessä. Jakamisen on oltava vastavuoroista.

Tuloksissa oli havaittavissa ryhmäläisten voimaantumista ja ohjaajat olivat laittaneet tämän myös merkeille. Voimaantuminen lähtee ihmisestä itsestään. Sitä ei voi antaa toiselle ja se, että saavuttaa tason vaatii ihmiseltä itseltään päätöksen siihen, että haluaa muuttaa elämänsä parempaan suuntaan. Ympäristöllä on myös oma vaikutuksensa siihen, miten henkilö saavuttaa voimaantumista. Toisessa ympäristössä se voi olla mahdollisempaa kuin toisessa ympäristössä. Tulosten valossa myös ympäristö antoi edellytykset äitien voimaantumiselle. Tähän vaikuttivat toiset ryhmäläiset, ryhmän keskinäinen toimeen tuleminen, tila missä ryhmä pidettiin, aiheet sekä runko minkä mukaan edettiin. Puhuttaessa ihmisen voimaantumisesta on tarkoitus mahdollistaa, että ihminen itse tuntee, luo ja kanavoi omat voimavaransa. (Siitonen 1999, 67.) Tuloksista tuli esille myös ryhmäytyminen, joka oli tärkeää sekä ryhmäläisistä, että ohjaajista.

Sosiaali- ja terveydenhoitopalveluilla verkostoituminen ja verkostotyö ovat nykyään arkipäivää, mutta innostusta ja työmenetelmien kehittämistä tarvitaan lisää. Opinnäytetyöni tarkoitus oli arvioida kotiin vietävän kriisityön vanhempien voimaryhmän tarvetta ja sitä, että tukeeko se jo siellä tehtävää perhetyötä.

Vertaistukiryhmän etuja ovat myös sen yksinkertaisuus ja kyky reagoida nopeasti ihmisten tarpeisiin muuttuvassa yhteiskunnassa. Vertaistukiryhmän toimintaperiaatteisiin kuuluu, että niihin osallistuminen on tarkoitettu väliaikaiseksi elämänvaiheeksi. Näin asiakas kohtaa ammattiavun, saa uusia kontakteja ja vinkkejä oman elämänsä parantamiseen sekä pystyy jatkamaan elämäänsä toivottavasti uusin mahdollisuuksin. (Nylund 1996, 201 -204.)

Ryhmäytyminen lähtee ammattilaisesta, joka toimii ryhmässä. Ryhmässä olleet äidit kokivat ryhmäytymisen tärkeäksi, koska se toi ryhmään avoimuuden ja luotettavuuden. Ryhmästä sai myös teoriaan ja faktoihin perustuvaa tietoa äitejä koskettavista asioista ja ohjaajilta sai tarvittaessa neuvoja mieltä askarruttaviin kysymyksiin. Vertaistukiryhmät ovat yksi tapa ratkoa ja selvittää omaa elämäntilannettaan muiden samanlaisessa tilanteessa olevien kanssa. Vertaistukiryhmän tarjoama tuki voi onnistuessaan parantaa heidän itsetuntoaan ja antaa taitoja selviytyä erilaisissa kriisitilanteissa. (Nylund 1996, 204 -205.)

Vertaistukiryhmät ovat kunnalle edullinen tapa antaa tukea vanhemmille heidän perheensä tilanteeseen sekä osallistujilla on matalampi kynnys tulla ryhmään. Vertaistukitoiminta on hyvä keino ennaltaehkäistä vanhempien uupumista kotona nuorensa kanssa, ja se on ennen kaikkea voimavaraistava auttamiskeino, jossa vanhemmat itse hankkivat voimavaroja arkeensa toistensa avulla. Vertaisryhmätoiminnalla on monia hyviä ulottuvuuksia, jotka parantavat siellä käyvien ihmisten elämänlaatua.

## 11 POHDINTA

Äidit ja ohjaajat kokivat vertaistukitoiminnan olevan merkityksellistä toimintaa ja äidit kokivat saaneensa ryhmästä voimavaroja arkeen. Ohjaajat totesivat, että vertaistuen avulla tarjottava tuki ei voi ehkäistä perheen ongelmia pitkällä tähtäimellä, koska ryhmätoiminta ei heidän mielestään voi olla pitkäkestoista ja tukea täytyisi olla tarjolla muillekin perheenjäsenille. Heidän mielestään vertaistuki voi toimia kuitenkin hetkellisenä avun lähteenä. Tai esimerkiksi kun asiakkuus on perheessä loppumassa, voisivat vanhemmat osallistua vanhempien voimaryhmään kuin vielä jälkitukena.

Mielestäni vertaistukitoiminnalla ei voidakaan tähdätä pitkän tähtäimen apuun. Voiko vertaistuki ylipäättään tarjota lopullisia ratkaisuja ongelmiin? Mielestäni vertaistuen tarkoitus loppujen lopulta on tarjota vain voimavaroja arkeen, eikä lopullisia ratkaisuja ongelmiin. Kaiken kaikkiaan vanhempien voimaryhmän tulokset olivat hyvät, mikä saakin miettimään sitä, että kuinka totuudenmukaisesti äidit vastasivat ryhmähaastattelussa esittämiini kysymyksiin. Äidit perustelivat kuitenkin aina vastauksensa. Tämä antoi minulle uskon siihen, että he puhuivat juuri niin kuin tarkoittivatkin. Haastattelussa mainitsin äideille, että kaikki palaute on tervetullutta, niin positiivinen kuin negatiivinenkin. Oletan äitien uskaltaneen puhua asioista



juuri niin kuin he ajattelivatkin. Äitien positiivisuuden lisääntyminen ja hyvä ilmapiiri ryhmän sisällä antoi lisäluotettavuutta tuloksille. Samantyyppisiä tutkimuksia vertaistuellisista ryhmistä on tehty aiemminkin. Niiden tulokset ovat olleet samansuuntaisia kuin minullakin. Oman ja aiempien tutkimusten valossa voidaan vertaistuen todeta olevan merkityksellistä ja toimivan hyvin voimaantumisen välineenä.

Mitä enemmän vertaistukea ja sen merkityksellisyyttä tutkitaan ja päädytään samankaltaisiin tuloksiin, sitä luotettavampaa tietoa tutkimukset antavat vertaistuen merkityksellisyydestä. Suurin osa aiemmista tutkimuksista, joihin perehdyin, olivat laadullisia tutkimuksia.

Laadullisessa tutkimuksessa on pyrkimyksenä löytää tai paljastaa tosiasioita eikä niinkään todentaa jo olemassa olevia totuuksia (Hirsijärvi ym. 2001, 152). Laadullista tutkimusta kritisoidaan usein siitä, että ne eivät anna tietoa kuin pienestä joukosta, eikä silloin tuloksia voi yleistää. Ajattelen kuitenkin niin, että mitä enemmän samansuuntaista laadullista tietoa saadaan samasta aihepiiristä, sitä luotettavampaa tieto on. Tutkimukseni on arvioiva laadullinen tutkimus. Tämä sopii opinnäytetyöhöni hyvin, koska osallistuin itse ryhmän toimintaan havainnoijana ja tutkin sitä ikään kuin sivusta.

Vanhempien voimaryhmän yhtenä tehtävänä oli vanhempien kasvatustietoisuuden lisääminen ja siitä keskusteleminen, joka näkyi ryhmässä käsitellyissä aiheissa ja materiaaleissa. Yksi vanhempien tärkeimpiä tehtäviä on taata lapsen tasapainoinen psyykkinen ja fyysinen kehitys. Vanhempi-lapsi suhdetta tarkasteltaessa, eräs tärkeimpiä seikkoja on vanhemman kyky ottaa huomioon sekä omat, että lapsen tarpeet. Vanhemman tai vanhempien ongelmat kuten esimerkiksi taloudelliset ongelmat vaikuttavat myös parisuhteeseen. Vanhempien keskinäisen suhteen toimivuus puolestaan vaikuttaa välillisesti myös lapsiin. (Poikolainen 2002, 63.)

Ryhmän avulla pyrittiin parantamaan äitien hyvinvointia ja sitä kautta parantamaan äitien jaksamista kotona ja huomioimaan nuorta tai nuoriaan enemmän. Ryhmän äidit kokivat saaneensa voimavaroja arkeen sekä kokivat olevansa positiivisia ja jaksavampia, joten heidän nuoretkin hyötyivät äidin voimaantumisesta. Vanhempien voimaryhmä on mielestäni hyvä keino auttaa koko perhettä jaksamaan haastavassa tilanteessa. Paneutumalla vertaistukitoimintaan olen saanut paljon tietoa siitä ja sen merkityksellisyydestä. Olen saanut valmiudet suunnitella ryhmätoimintaa sekä ohjata ryhmiä itsenäisesti. Opinnäytetyön aiheeni on edesauttanut kasvuani ammattilaiseksi, joka kykenee itsenäiseen ja vastuulliseen työhön.

Tulevaisuutta ajatellen kykenen toimimaan ryhmän ohjaajana ja olen ymmärtänyt ryhmätöinnin suuren merkityksen yhtenä sosiaalityön auttamisvälineenä.

## LÄHTEET

- Anttila, Pirkko 2007. Realistinen evaluaatio ja tuloksellinen kehittämistyö. Hamina: Akatiimi
- Anttila, Pirkko 2005. Ilmaisuu, teos, tekeminen ja tutkiva toiminta. Hamina: Akatiimi
- Atjonen, Päivi 2007. Hyvä, paha arviointi. Helsinki: Tammi.
- Eskola Marjatta, Jauhiainen Riitta. 1993. Ryhmäilmiö. WSOY.
- Eskola, Jari, Suoranta, Juha 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino
- Heikkinen, Hannu, Rovio, Esa, Syrjälä, Leena 2006. Toiminnasta tietoon: toimintatutkimuksen menetelmät ja toimintatavat. Helsinki: kansanvalistuseura.
- Heikkilä Asta, Jokinen Pirkko & Nurmela Tiina 2008. Tutkiva kehittäminen. Avaimia tutkimus- ja kehittämishankkeisiin terveysalalla. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Hiltunen, Tarja. 2005. Äitien voimaantuminen lasten huostaanoton jälkeen. Pro gradu – tutkielma. Kasvatustieteen laitos. Jyväskylän Yliopisto
- Hirsjärvi, Sirkka, Hurme, Helena 2001. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Gaudeamus.
- Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko, Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hovi, Arto 2014-2015. Henkilökohtainen tiedonanto. Kotiin vietävän kriisityön yksikön vastuu johtaja. Helsingin kaupunki. Puhelinkeskustelu 18.12.2014 & puhelinkeskustelu 3.2.2015.
- Hotari, K-E. 2007. Kuulluksi tuleminen lastensuojelussa nuorten kertomana. Tampereen yliopisto. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos. Sosiaalityön pro gradu - tutkielma.
- Hyväri, Susanna 2005. Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa Nylynd, Marianne & Yeung, Anne Birgitta (toim.). Vapaaehtoistoiminta. Anti arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino.
- Ihalainen, Jarmo, Kettunen, Terttu 2007. Turvaverkko vai trampoliini – sosiaaliturvan mahdollisuudet. Helsinki: Sanoma Pro.
- Jantunen, Eila 2008. Osalliseksi tuleminen. Masentuneiden vertaistukea jäsentävä substantiivinen teoria. Licensiaattitutkimus. Lääketieteellinen tiedekunta. Hoitotieteen laitos. Tampereen yliopisto.
- Juhila, Kirsi. 2006. Sosiaalityöntekijöinä ja asiakkaina. Sosiaalityön yhteiskunnalliset tehtävät ja paikat. Gummerrus Kirjapaino Oy: Jyväskylä.
- Jyrkämä, Oili. 2010. Vertaistukiryhmä käyntiin! Teoksessa Tanja Laatikainen (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Asumispalvelusäätiö ASPA, 24-49.
- Järvikoski, Aila, Härkäpää, Kristiina 2011. Kuntoutuksen perusteet 5. Uudistettu painos. Helsinki: Wsoypro Oy.

- Kinnunen, Tuula 2011. Vertaistuki erityislasten voimavarana. Pro gradu-tutkielma. Kasvatustieteen laitos. Jyväskylän yliopisto.
- Kopakkala, Aku. 2005. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Edita Helsinki.
- Kuula, Arja 2014. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Vastapaino.
- Kuronen, Marjo. 2004. Valtaistumista vai voimavaraistumista – Feministisiä näkökulmia empowermentiin sosiaalityön käsitteenä ja käytäntönä. Teoksessa Sukupuoli ja sosiaalityö: sosiaalityön tutkimuksen 3. vuosikirja 2004. Toim. Kuronen, Granfelt, Nyqvist ja Petrelius. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kylmä, Jari, Juvakka, Taru 2007. Laadullinen terveystutkimus. Edita.
- Laimio, Anne & Karnell, Sonja 2010. Vertaistoiminta – kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Laatikainen Tanja (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA, 8-19.
- Laitinen, Hanne 1998. Havainnointitutkimuksen perinteiset koulukunnat. Kuopion yliopisto. Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 56.
- Mehtola, Sirkku 2012. Vertaisryhmä- väkivaltaa kokeneiden naisten osallisuuden ja voimaantumisen tukeminen. Ensi- ja turvakotiliiton julkaisuja.
- Natunen, L. 2012. Mitä tulisi ottaa huomioon – Ryhmän tarpeet. Teoksessa , Ojuri, A. (toim.) 2010. Vertaisryhmä: väkivaltaa kokeneiden naisten osallisuuden ja voimaantumisen tukeminen. Ensi- ja turvakotien liitto.
- Nivala, Elina 2010. Lapsen oikeudet osallisuuden perustana. Teoksessa Tanskanen, I. & Timonen-Kallio, E. (toim.) Lasten ja nuorten osallisuuden tukeminen lastensuojelutyössä. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 51. Tampere: Juvenes Print Oy, 18– 25.
- Nylen, Marja. 2003. Tekee hyvää olla kerrankin samanlainen kuin muut- vertaistuki kuin vapaapäivä. Ihonaika 1/2003, 32.
- Nylund, M. & Yeung, A. B. 2005. Vapaaehtoisuuden anti, arvot ja osallisuus murroksessa. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. B. (toim.) Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. 13-18. Tampere: Vastapaino.
- Oranen, Mikko 2008. Mitä mieltä? Mitä mieltä! Lasten osallisuus lastensuojelun kehittämisessä. Raportti 7. Ensi- ja turvakotien liitto.
- Puusa, Anu 2011. Laadullisen aineiston analysointi. s. 114-125 teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli (toim.) 2011. Menetelmäviidakon raivaajat. Perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Johtamistaidon opisto.
- Ranssi-Matilainen, Hanna 2012. Yhdessä sittenkin- Kokemukset erokriisistä, vertaistuesta ja muutoksesta parisuhteessa. Porvoo: Bookwell Oy.
- Rappaport, Julian 1984: Studies in empowerment: introduction to the issue. Prevention in Human Services 3 (2/3). 1-7.

Räsänen, Juhani 2006. Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisut. Yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön valtaistaminen. Järvenpää: Nupa Express

Saarenheimo, Marja & Pietilä Minna 2006. Yhteinen tehtävä: ryhmästä oivalluksia omaishoitoon. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 13. 2006. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto ry.

Salo, Outi ja Tuunainen, Kirsti. 1996. Da capo-alusta uudelleen. Kliininen psykologia. Espoo: Salutonova.

Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma KASTE 2012–2015. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2012:1. Tampere: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Sykäri, Sonja (toim.) 2009. Päähteet ja mielenterveys. Opas vertaisryhmän ohjaajalle. Mielenterveyden keskusliitto. Helsinki.

Toija, Anu 2011. Vertaistuen voima- harvinaissairaiden lasten vanhempien kokemuksia vertaistuesta. Pro gradu. Jyväskylän yliopisto.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Vahtivaara, Julia-Maarie 2010. Kokemustieto – vertaistuesta vaikuttamiseen. Teoksessa Laatikainen Tanja (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA, 20–49.

Vilkkä, Hanna 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Tammi.

Virtanen Petri 2007. Arviointi. Arviointitiedon luonne, tuottaminen ja hyödyntäminen. Edita, Helsinki.

Wilska, Kati 2004. Vertaisryhmät vammaisten naisten voimaantumista tukemassa. Helsinki: Helsingin yliopisto.

### Sähköiset lähteet:

FinSoc 2001. Arviointi sosiaalipalveluissa. Katsaus arvioinnin peruskysymyksiin. Työpapereita3/2001. Helsinki: Stakes, FinSoc. Viitattu 1.9.2014. <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75416/Ty%C3%B6papereita32001.pdf?sequence=1>

Hietanen, Olli & Kaivo-oja, Jari 2011. Ennakoivaan arviointiin. Turun yliopisto. Viitattu 1.9.2014. [http://www.ffrc.utu.fi/tutkimus/projektit/ks\\_kehittamiskeskus/Ennakoivaan\\_arviointiin.pdf](http://www.ffrc.utu.fi/tutkimus/projektit/ks_kehittamiskeskus/Ennakoivaan_arviointiin.pdf)

Lastensuojelulaki. 2007. L 13.4.2007/417 muutoksineen. Viitattu 19.9.2014. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>

Oranen Mikko 2008, Mitä mieltä? Mitä mieltä! Lasten osallisuus lastensuojelun kehittämisessä , Viitattu 9.12.2014 <http://www.sosiaaliportti.fi/fiFI/lastensuojelunkasikirja/hallinto/lapsenosallisuus>

Seppänen-Järvelä, Riitta 2004. Prosessiarviointi kehittämisprojektissa. Opas käytäntöihin. Stakes, FinSoc Arviointiraportteja 4/2004. Helsinki: Stakes. Viitattu 23.9.2014 [http://groups.stakes.fi/NR/rdonlyres/2C41CB87-6134-4C94-8D1B-46CD906C3B33/0/Arviointiraportteja4\\_04.pdf](http://groups.stakes.fi/NR/rdonlyres/2C41CB87-6134-4C94-8D1B-46CD906C3B33/0/Arviointiraportteja4_04.pdf)

Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulun yliopisto. Oulun opettajankoulutuslaitos. Viitattu 20.9.2014. <http://herkules.oulu.fi/isbn951425340X/html/x2657.html#AEN2718>

Sykäri, Sonja (toim.) 2010. Kokemuskouluttajan käsikirja. Mielenterveyden keskusliitto. Viitattu 10.11.2014. <http://www.mtkl.fi/@Bin/1602090/Kokemuskouluttajan+k%C3%A4sikirja.pdf>

Terveysten edistämisen laatusuositus 2006. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2006:19. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 19.9.2014 [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=39503&name=DLFE-9303.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=39503&name=DLFE-9303.pdf)

## LIITE 1

Teemahaastattelu vanhempien voimaryhmän osallistujille.

### TEEMAHAASTATTELU RUNKO

#### VANHEMMUUDEN TUKEMINEN

1. Kerro omin sanoin miten vanhempien vertaistukiryhmä on tukenut vanhemmuuttasi?

Miksi lähdit mukaan toimintaan?

2. Millaista tuki on konkreettisesti ollut?

Anna esimerkki.

3. Oletko saanut jaksamisesi tueksi vanhempien vertaistukiryhmän kautta uusia sosiaalisia suhteita?

#### VERTAISTUEN MERKITYS

4. Millainen merkitys vanhempien vertaistukiryhmällä oli elämäsi työskentelyn aikana?

5. Muuttuiko vertaistuen tarpeesi vanhempien vertaistukiryhmän aikana?

Miten muuttunut?

Miksi muuttunut?

6. Onko käsityksesi itsestäsi kasvattajana muuttunut vanhempien vertaistukiryhmän aikana?

7. Miten muutos mahdollisesti näkyy?

8. Tunnetko itse antaneesi vertaistukea ryhmän aikana?

9. Miten kuvailisit ryhmässä esiintyvää vertaistukea?

#### KOKEMUSTEN JAKAMINEN

10. Pystyitkö jakamaan vanhemmuuden kokemuksia toisten vanhempien kanssa?

11. Missä vanhempien ryhmän tarjoama vertaistuki mielestäsi onnistui?

Vastasiko se sinun tarpeisiisi?

#### RYHMÄDYNAMIIKKA

11. Minkälaisia odotuksia sinulla oli koskien ryhmää?

- 12.Miten mielestäsi ryhmä muodostui?
- 13.Kuinka nopeasti koit olevasi osa ryhmää?
- 14.Mitkä asiat mielestäsi edistivät ryhmän muodostumista?
- 15.Oliko asioita, jotka eivät edistäneet ryhmän muodostumista?
- 16.Mikä oli mielestäsi ohjaajien rooli ryhmän muodostumisessa?
- 17.Millainen ryhmä oli viimeisillä kerroilla?
- 18.Miten kuvailisit ryhmääänne?

#### KEHITTÄMINEN JA RYHMÄN JÄLKEISET TUNNELMAT

19. Mitä muuta olisit kaivannut vanhempien vertaistukiryhmältä?
- 20.Miten kehittäisit vanhempien vertaistukiryhmää?
- 21.Minkäläinen mielikuva sinulle jäi ryhmästä?
- 22.Syntyikö ryhmästä sinulle jotain esim. ajatuksia toimia toisin murrosikäisen kanssa?
- 23.Miten koit muiden arvostaneen sinua?
- 24.Mikä oli ohjaajien rooli ryhmässä?
25. Millaiseksi koit jaetun materiaalin ryhmässä?
26. Kuvaile ryhmää omin sanoin?



## LIITE 2

Haastattelukysymykset vanhempien voimaryhmä- ohjaajille.

### **Ryhmädynamiikka**

1. Millainen ryhmä oli mielestäsi alussa ja lopussa?
2. Miten ryhmädynamiikka muuttui ryhmäkertojen kuluessa?
3. Mikä ryhmässä oli hyvää ja mikä huonoa?

### **Voimaantuminen**

1. Jos ryhmässä mielestäsi näkyi vanhempien voimaantuminen, kuvaile sitä mahdollisimman laajasti? Millä tavalla se tuli esille?

### **Vertaistuki**

1. Kuvaile mahdollisimman laajasti ryhmän saamasta vertaistuesta ja miten se näkyi ryhmäkertojen edetessä?
2. Koetko, että vertaistukiryhmä on hyvä työmuoto omassa yksikössäsi? Jos koet, millä tavalla?

### **Muut asiat**

1. Millainen merkitys oli jaetulla materiaalilla ryhmässä?
2. Millaisia kehitysehdotuksia teillä tulee mieleen vertaisryhmätoimintaan(yksikössänne)?
3. Kuvaile ryhmää omin sanoin?

### **LIITE 3**

Vanhempien voimaryhmän teemat:

1.kerta

Nuoren kasvu ja kehitys

2.kerta

Kodin rajat ja säännöt

3.kerta

Vanhemman ja nuoren vuorovaikutus

4.kerta

Vanhemmuuden tunteet

5.kerta

Nuoren itsenäistyminen

6.kerta

Mikä auttaa jaksamaan

## LIITE 4

Teemahaastattelun analyysitaulukko. Esimerkki tekemästani analyysista.

Alkuperäisilmaus	Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääloukka	Yhdistävä luokka
"Avoimin mielin tuln ryhmään.Vähän jännitti ekalla kerralla, mut sit sitä jo odotti seuraavaa kertaa..."	Ajatuksia ryhmästä ennakoon	Ryhmään liittyvä	Ryhmäytyminen	Ryhmädynamiikka	Vanhempien voimaryhmän äitien kokemuksia ryhmästä, voimaantumista ja vertaisuudesta
"Mietin vaan et mitä jos mä oon ainoa jolla on näin paljon ongelmia mun nuoren kans..."	Ajatuksia ryhmästä ennakoon	Ryhmään liittyvä	Ryhmäytyminen	Ryhmädynamiikka	
"Ne kortit siinä alussa niinku mursi jään...sai heti sanoo miltä tuntuu"	Kuvailua ryhmäytymistä tukevista asioista	Ryhmän muodostuminen	Ryhmäytyminen	Ryhmädynamiikka	
"Ja se et heti aluksi käytiin läpi päivän aihe..."	Kuvailua ryhmäytymistä tukevista asioista	Ryhmän muodostuminen	Ryhmäytyminen	Ryhmädynamiikka	
"Se oli parasta et muut kuunteli ja ymmärsi mistä mä puhuin..."	Turvallinen ryhmä	Ryhmän muodostuminen	Ryhmäytyminen	Ryhmädynamiikka	
"Mitä kauemmin oltiin oltu ryhmässä sitä enemmän sit luotti muihin..."	Turvallinen ryhmä	Ryhmän muodostuminen	Ryhmäytyminen	Ryhmädynamiikka	
"Se että tietää ettei oo yksin kaikkien ongelmien kanssa on just parasta"	Ryhmästä saadun hyödyn kuvaamista	Tuen tarpeeseen liittyvä	Voimaantuminen	Vertaistuki	
"Luulin et oon ainoa jolla on tollasia ongelmia oman nuoren kans...sit ku huomas et on muitakin niin jes..."	Ryhmästä saadun hyödyn kuvaamista	Tuen tarpeeseen liittyvä	Voimaantuminen	Vertaistuki	

## LIITE 5

Mitä havainnoidaan?	Miten esiintyi ryhmässä?	Pelkistäminen	Teoreettinen ilmaus	Yhdistävä luokka
Miten osallistujat reagoivat toistensa puhenvuoroihin? Ryhmäläisten elekieli vuorovaikutuksessa suhteessa eri osallistujiin?	Alussa kaikkia selvästi jännitti, mutta ryhmän edetessä jännitys ei ollut läsnä. Ryhmäläiset keskustelivat sujuvasti jokaisen kanssa.	Ryhmän muodostumisen havainnoinnin kuvaus	Ryhmädynamiikka	Vanhempien voimaryhmän äitien kokemuksia ryhmästä, voimaantumista ja vertaisuudesta
Miten tunteet näkyivät keskusteluissa? Tunneskaalat ryhmäkerroilla; itkeminen, nauraminen	Alusta lähtien ryhmässä esiintyi naurua, mutta kertojen edetessä myös liikuttuneita tunteita alkoi esiintyä.	Ryhmässä esiintyvien tunteiden havaintojen kuvaus	Ryhmädynamiikka	
Ryhmäläisten omat kokemukset. Kunnioitus toisia kohtaan. Keskittymisen ja läsnäolo.  Neuvot	Ryhmässä selvästi kehittyi kunnioitus toisia kohtaan. Toisen puhuessa, hänelle annettiin tilaa kertoa tarinansa kuunnellen. Myös sanallista tukea esiintyi. Vertaistukea esiintyi sanallisesti esim. omien kokemusten kerronnan kautta	Ryhmässä esiintyneestä vuorovaikutuksesta tehtyjen havaintojen kuvaus	Vertaistuki	
Miten ryhmäläiset istuivat kertojen edetessä? Onko merkityksellistä?	Ei noussut merkitykselliseksi asiaksi.	Istumajärjestyksen havainnoinnin kuvaus	Ryhmädynamiikka	
Kenen kanssa osallistuja keskustele? Sujuvuus? Syvällisyys?	Ryhmäläiset keskustelivat sujuvasti kaikkien kanssa. Ryhmän vuorovaikutus oli sujuvaa, tunnepitoista ja luottamuksellista.	Osallistujien välisen vuorovaikutuksen havainnoinnin kuvaus	Ryhmädynamiikka	
Omien kokemusten jakaminen? Kunnioittaminen? Tunteiden näyttäminen?	Ryhmän edetessä luottamuksellisuus kasvoi koko ajan. Tunteita näytettiin, omia kokemuksia jaettiin. Kunnioitus oli läsnä.	Ryhmän turvallisuuden ja luottamuksellisuuden tunnelman havainnoinnin kuvaus	Vertaistuki	
Osallistumisen taso, kotitehtävät, omien kokemusten jakamisen taso, poissaoloista ilmoittaminen	Poissaoloista ilmoitettiin. Kotitehtävien tekemiseen ja purkuun osallistui kaikki. Ryhmä oli tärkeä kaikille.	Sitoutumisen havainnoinnin kuvaus	Ryhmädynamiikka	